

La Clef

Belgique - Belgique		
Bureau de dépôt Namur		
P.P.	7	760
N° agrément: P705108		

La Clef

2^{ème} trimestre 2010
juin - juillet - août

n° 107



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

La Clef



Cela sera possible bientôt ...

Play	it	smart	

www.rebismart.com

MERCK
SERONO
Smart Thinking

■ Editorial	5	■ Législation	
■ Dossier: le volontariat		Statut des volontaires	27
Pourquoi les gens font du volontariat?	6	■ Témoignages / courrier des lecteurs	
Le volontariat, c'est comme le chocolat : une fois qu'on commence, on ne peut plus s'arrêter!	9	Monsieur MAYENCE nous a quitté	28
La Ligue est pour moi une seconde famille...	10	Et si on sortait ?	28
L'association pour le volontariat	11	■ Du nouveau au groupe de Documentation	31
Un pas dans l'ombre	12	■ Petites annonces	35
Avec du travail bénévole, tu deviens riche	13	■ Agenda	37
J'ai énormément reçu...	13	■ Les adresses de la Ligue	39
Le bénévolat à Télé-Accueil, un fondement...	14		
Vivre, c'est continuer à faire, à être, à devenir...	17		
C'était bien parti!	17		
Le rôle sur le terrain reste une expérience unique	18		
Trois regards sur le volontariat	19		
Club Magnetic, chroniques sonores de l'amitié	19		
L'A.S.B.L. JAVVA	20		
L'ACS: « un succès citoyen »	21		
Vivre un petit bonheur	21		
Pour un savoir plus...	23		
■ Le saviez-vous?			
Rubrique médicale	24		
Pétition « un revenu décent, pour les personnes handicapées AUSSI ! »	26		
Film Mauritanie	26		

Appel urgent



L'équipe du **Marathon de lecture** recherche des bénévoles.

Si vous êtes intéressés, n'hésitez pas à contacter la Ligue au 081/40 15 55

Rédactrice en chef: V. Debry

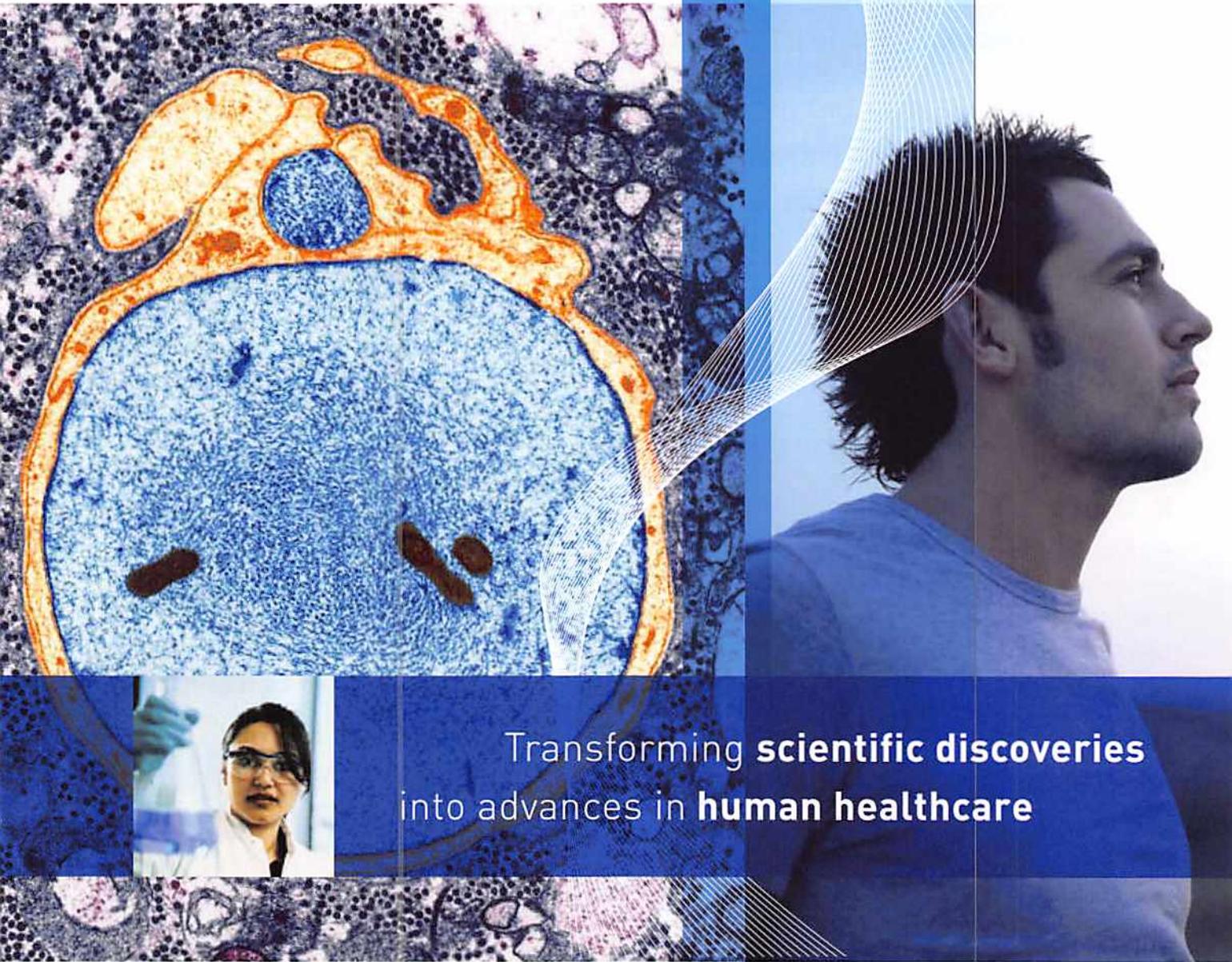
Cellule de créativité: V. Debry, J. Degreeef, C. Ghislain, H. Goethals, K. Lontie, N. Parfait, M. Peters, J. Rombaut

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

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

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 2G, 1831 Diegem | +32 (0)2 219 12 18

Du volontariat en général et à la Ligue en particulier

Le volontaire est une personne qui exerce une activité sans rétribution ni obligation, dans une organisation au profit d'autres personnes ou de la collectivité, en dehors du contexte normal du travail.

En Belgique, on recense environ 1.500.000 personnes qui font du volontariat dans des secteurs très diversifiés :

- sport : 17%
- action sociale : 17%
- associations professionnelles : 11%
- éducation et enseignement : 10%
- arts et lettres : 9%
- loisirs : 8%

65% des associations belges ont moins de 20 volontaires, 25% entre 20 et 100 et 10% plus de 100.

Au niveau de la Ligue, on peut estimer le nombre de volontaires à environ **150** prestant durant toute l'année.

Dans quels domaines ?

Pour l'administration de la Ligue : organes de gestion de la Ligue, au siège (CA, finance, fonds de solidarité, recherche de fonds,...) et dans les provinces (Comité provincial, comptabilité, équipe sociale, responsable Chococlef,...).

Pour les affiliés :

- loisirs : organisation de vacances et d'excursions, visites culturelles ou d'entreprises, séances de cinéma, jeux de sociétés ;
- groupes de partage et d'entraide ;
- mobilité : transport des affiliés vers les centres de soin ou les lieux de loisirs ;

Pour le Marathon de lecture dans la province de Namur.

L'opération «**Chococlef**» en septembre est un moment de l'année où l'effectif des volontaires approche les 500 personnes. La grande mobilisation est là pour cette récolte de fonds qui permet à la Ligue de vivre (50 à 60% de son financement).

Tout le monde y participe : volontaires permanents, salariés, volontaires de l'automne.

Et n'oublions surtout pas les affiliés qui sont les premiers à se retrousser les manches.

Vendeurs, chefs de vente, chauffeurs, gestionnaires de stock, suivi des paiements : toutes ces fonctions sont assumées par les volontaires.

Volontaires et salariés contribuent ensemble, et dans la complémentarité, à atteindre les objectifs de la Ligue : accueillir, informer, accompagner, défendre, aider les affiliés qui se battent contre la SEP.

Un grand merci à tous pour votre action dynamique et efficace.

Bernard LONFILS

Administrateur du Comité provincial de Bruxelles

La phrase du trimestre

*Tu dis que tu aimes les fleurs et tu leur coupes la queue,
Tu dis que tu aimes les chiens et tu leur mets une laisse,
Tu dis que tu aimes les oiseaux et tu les mets en cage,
Tu dis que tu m'aimes alors moi j'ai peur.*

J. Cocteau



Pourquoi les gens font du volontariat ?

«Pourquoi les gens font du volontariat?» est une étude canadienne du Centre d'action bénévole d'Ottawa-Carleton qui, au moyen d'anecdotes, jette un nouveau regard sur la motivation des bénévoles et sur leurs causes de satisfaction et d'insatisfaction. Elle cherche à établir des liens entre les résultats de récents sondages nord-américains sur le bénévolat et les expériences de travail des bénévoles. Il s'agit en quelque sorte d'une étude destinée à mieux faire comprendre les raisons qui poussent les gens à faire encore et toujours du bénévolat.

Quels sont les facteurs de motivation ?

- le sentiment d'accomplir quelque chose ;
- la reconnaissance ;
- l'épanouissement personnel ;
- la possibilité de rendre service ;
- la possibilité de faire évoluer la société ;
- l'amitié, le soutien, la création de liens et un sentiment d'appartenance.

L'importance du sentiment d'accomplir quelque chose

Une constante est ressortie très nettement, à savoir la nécessité d'accomplir quelque chose et la reconnaissance de la satisfaction que cela peut procurer. L'obtention d'un résultat escompté, la découverte de nouvelles capacités personnelles ne sont que quelques-unes des compensations mentionnées par le groupe.

La possibilité d'accomplir quelque chose, de constater les résultats directs de ses efforts personnels, est l'élément qui amène les volontaires à exécuter à nouveau des tâches qu'ils ont jugées stressantes, déprimantes ou difficiles pour une quelconque autre raison.

Il n'est pas nécessaire d'accomplir quelque chose de grandiose pour éprouver de la satisfaction. Souvent, il suffit d'une réaction encourageante de la part de la personne à laquelle on essaie de venir en aide. Ainsi, un conducteur volontaire se rappelle la joie qu'il a ressentie lorsqu'il a constaté qu'il avait aidé un patient traversant une période difficile à se détendre en lui

rendant visite. *«J'ai eu le sentiment d'avoir fait quelque chose qui justifiait mon existence...».*

Trucs et astuces au quotidien

Ainsi que nous l'avons déjà mentionné, le sentiment d'avoir accompli quelque chose constitue en soi une récompense et les volontaires n'ont pas toujours besoin qu'on les félicite pour justifier leur satisfaction. Dans certains cas cependant, ils estiment nécessaire qu'on les remercie et qu'on leur témoigne de la reconnaissance. Ils ont d'ailleurs indiqué très clairement dans quelles circonstances ces gestes de gratitude leur paraissaient appropriés.

«Plus je me donne, plus j'ai besoin de rétroaction - qu'on me fasse des commentaires et qu'on reconnaisse ce que je fais».

«Cette année, l'organisme pour lequel je fais du bénévolat a inséré un petit mot de remerciement dans la pochette d'information de ses sollicités.»

D'après moi, c'est de l'argent mal dépensé. Ce qui me fait vraiment plaisir, c'est que mon responsable me dise que j'ai fait de l'excellent travail ou qu'il me demande comment ça va...».

La plupart des bénévoles préfère un témoignage personnel de remerciement ou de sympathie.

Épanouissement personnel

La possibilité de s'épanouir semble figurer parmi les grandes récompenses et les principaux attraits du volontariat. Pour certaines personnes, le volontariat leur a permis de se découvrir de nouvelles compétences ou capacités, d'apprendre à mieux se connaître et à mieux connaître d'autres personnes ou de relever des défis personnels.

Certains participants ont été agréablement surpris de découvrir qu'ils faisaient très bien certaines choses dont ils ne se seraient pas crus capables. Leur amour-propre et leur confiance en soi grandit à chaque fois qu'ils surmontent une nouvelle difficulté ou acquièrent une nouvelle compétence. D'autres trouvent que leur vie a plus d'éclat et d'intensité parce qu'ils se retrouvent dans des situations qui ne se seraient pas présentées autrement.

« J'ai grandi dans une grande famille et je n'ai pas beaucoup d'instruction. J'en ai toujours eu pleinement conscience mais, lorsque j'ai pris ma retraite et que j'ai commencé à faire du bénévolat, je me suis découvert beaucoup de talents; je n'avais tout simplement jamais eu l'occasion de les montrer. »

Le volontaire est aussi appelé à vivre des expériences et à se retrouver dans des milieux qu'il n'aurait autrement jamais connus.

« C'est incroyable parfois de voir des gens en état de crise s'ouvrir à nous. Nous les écoutons. Nous n'avons pas besoin de leur parler beaucoup mais, après deux heures, nous en savons plus au sujet de ces parfaits inconnus qu'au sujet d'amis intimes que nous connaissons depuis dix ans, parce qu'ils n'ont pas le temps de dissimuler. »

Les responsables des volontaires doivent donc bien connaître les attentes de ces derniers pour leur fournir les défis et les expériences qu'ils recherchent. Parfois, les tâches à accomplir répondent à ces conditions mais parfois aussi, il faut créer des occasions.

Rendre un bienfait à la société

Certaines personnes souhaitaient apporter une contribution à la société. Si nous voulons vivre dans un monde meilleur, il faut que chacun d'entre nous commence par faire sa part dans sa propre communauté.

Dans le même ordre d'idées, les participants ont également fait valoir que le volontariat favorise le renforcement des liens communautaires: *«Le volontariat m'a apporté une satisfaction à laquelle je ne m'attendais pas : j'ai été appelé à solliciter un voisin que je connaissais assez bien depuis une dizaine d'années. Je ne l'avais pas vu dernièrement et il était malade. Nous avons eu une longue conversation des plus agréables et je me suis demandé pourquoi je ne lui rendais pas visite plus souvent.*

Il est décédé environ deux semaines plus tard et j'ai été très content d'avoir été plus ou moins contraint de le revoir...

Le fait de recueillir des fonds dans ma propre rue me redonne le sentiment de faire partie de la communauté».

D'autres, qui estiment que la vie les a comblés, désirent rendre service en retour pour rétablir en quelque sorte un certain équilibre: *«Je me sens obligé de faire quelque chose pour quelqu'un qui a eu moins de chance que moi».*

Facteurs de découragement

Bien que la plupart des participants à l'étude soient heureux de faire du volontariat, ils ont été en mesure de mentionner un certain nombre de facteurs qui les ont découragés à un moment donné:

- gestion désordonnée;
- manque d'appui de la part du Conseil d'Administration;
- indifférence du personnel;
- manque de formation et d'orientation;
- manque de relations personnelles et d'appui;
- tâche peu adaptée;
- financement insuffisant.

Les volontaires ne restent pas toujours pour les raisons qui les ont attirés. Il y a presque autant de raisons de commencer à faire du volontariat qu'il y a de volontaires. Ce qui attire un volontaire au départ n'est pas non plus nécessairement ce qui le retient. Souvent, les gens constatent que leurs satisfactions les plus profondes ne sont pas du tout celles qu'ils s'attendaient à éprouver lorsqu'ils ont commencé à faire du bénévolat.

Les participants ont commencé à donner de leur temps après avoir lu une annonce dans le journal ou des articles de revue ou encore à l'invitation d'amis; soit qu'ils voulaient jouer un rôle dans une nouvelle communauté, soit qu'ils avaient entendu par hasard parler d'un besoin, soit qu'ils voulaient seulement être actifs.

Certains voulaient simplement s'acquitter d'une dette qu'ils croyaient avoir envers la société et d'autres avaient choisi le bénévolat parce qu'ils avaient décidé de modifier complètement leur style de vie et leurs priorités.

Beaucoup avaient un intérêt direct dans l'organisme auquel ils prêtaient main-forte parce qu'ils avaient un parent ou un ami handicapé ou malade ou parce qu'ils s'attendaient à avoir un jour besoin eux-mêmes de ses services.

Image du volontaire

Il est apparu clairement pendant les interviews de groupe qu'il y aurait peut-être lieu d'améliorer l'image du volontaire, même parmi ceux-ci.

Bien que les participants se rendent pleinement compte de l'utilité et de la valeur de ce qu'ils font pour la société, beaucoup éprouvent une sorte de gêne à parler de leur contribution. Certains ont tendance à se faire des reproches et à se juger égoïstes parce qu'ils tirent une satisfaction personnelle du volontariat.

Certains aussi hésitent à parler de leur travail volontaire, de crainte d'être traités de « bons samaritains » ou qu'on croit qu'ils cherchent les éloges.

Moi, un volontaire?

Certains des participants qui font du volontariat depuis des années n'ont jamais songé à s'apposer l'étiquette de volontaire. D'autres détestent tout simplement ce terme. Certains stéréotypes subsistent. Par exemple, on croit encore que les volontaires sont tous des personnes de plus de 55 ans, qui ont beaucoup d'argent et de temps libre.

« Je ne considère pas vraiment que je fais du volontariat. Ce sont mes amis. J'essaie, à ma manière, de leur procurer du bien-être. »

« Je le faisais bien plus pour moi-même que pour qui que ce soit d'autre. Je voulais que mes compétences servent à quelque chose. »

Même parmi les volontaires, le stéréotype de la dame qui occupe ses loisirs ou du retraité qui vient au secours des personnes moins chanceuses que lui, a toujours cours.

« On s'imagine que les gens décident de faire du volontariat parce qu'ils ne savent pas comment occuper leurs loisirs. En réalité, j'ai parfois beaucoup de mal à trouver de la place pour le volontariat dans mon emploi du temps... ».

Une bonne affaire pour la société

En leur for intérieur, les volontaires connaissent la valeur de leur contribution: la société fait une bonne affaire. S'il fallait payer tout ce qu'accomplissent les volontaires, la facture serait élevée, et le gouvernement devrait remercier sa bonne étoile.

Les volontaires se reconnaissent certaines qualités: généreux, disponibles, ouverts, travailleurs, aimants. Certains, par contre, se trouvent égoïstes du fait qu'ils éprouvent du plaisir à faire du volontariat. On a l'impression qu'ils voient le volontariat comme un sacrifice, que pour eux, il faut faire le bien pour l'amour de faire le bien. *« ... D'un point de vue tout à fait égoïste, j'en retire beaucoup plus que ceux que j'aide ».*

En ce qui concerne l'image qu'ils ont d'eux-mêmes, bien des volontaires partagent le monde en deux camps: celui des volontaires et celui des non-volontaires. On a l'âme d'un volontaire ou on ne l'a pas. La remarque de l'un des participants à ce sujet a d'ailleurs recueilli l'assentiment général: *« Je me demande s'il y a des gens qui s'intéressent aux gens et d'autres, comment dire, qui s'intéressent aux choses... ».*

Dans d'autres groupes, la même opinion a été exprimée en termes différents: *« Selon moi, il y a dans le monde deux catégories de gens: ceux qui donnent et ceux qui prennent. Les volontaires appartiennent certainement à la première catégorie, et les autres à la deuxième ».*

Tiré de:
Pourquoi les gens font du bénévolat
Centre d'action bénévole Ottawa-Carleton

Le volontariat, c'est comme le chocolat: une fois qu'on commence, on ne peut plus s'arrêter!

A juste 17 ans, je décide de partir 3 semaines au **Togo** avec une organisation appelée «Espace Social». Dès mon arrivée, je retrouve d'autres volontaires et l'ambiance démarre. Deux heures de route jusqu'au village où nous sommes accueillis comme des rois: djembés, chants, orchestre du village... S'ensuivent trois semaines magiques de rencontres inoubliables avec les habitants du coin et les volontaires, à effectuer tant du travail dans les champs que la construction de routes, à nettoyer les «bobos» des petits tombés à terre en jouant... Les gamins ne me lâchent jamais, j'apprends le djembé, ils s'endorment sur mes genoux quand je joue! Evidemment, il y a la malaria... que 6 d'entre nous attrapent, je passe la nuit à l'hôpital, punie d'avoir goûté trop de produits locaux! **Mais l'expérience est incroyablement bénéfique.** On se gratte à cause de dizaines de piqûres de moustique, on se retient d'aller aux toilettes le soir parce que oui, j'ai une grande peur des insectes qui y traînent tard dans la nuit!



L'année suivante, je pars au **Pérou** à Ayacucho, la région la plus pauvre du pays. Je travaille dans un orphelinat, c'est très différent de mon expérience précédente. Les conditions sont moins bonnes, le pays moins stable. Mes amis se font braquer, on nous propose de la drogue partout, les enfants sont maltraités. Mais la gentillesse des gens est toujours frappante, les couleurs de leurs habits toujours éblouissantes, et partout les enfants courent derrière nous comme de petits moineaux en criant et en chantant. Comme au Togo, les gens ne mendient pas mais ils remercient toujours de mille façons quand on les aide. Seulement il y a plus de misère, d'alcoo-

lisme, de drogue. Les gens font plus attention parce que le danger les guette partout, nous ne sortons pas trop tard le soir. Mais, de la même manière, le sourire des enfants et le regard des adultes me prouvent que la démarche **de venir leur prêter un coup de main, d'être là, a peut-être pu aider ne fût-ce que l'un d'entre eux.** Je m'occupais principalement de Javier, un petit garçon sourd et aveugle, handicapé mental lourd. Personne n'avait jusque-là réussi à avoir de contact avec lui. Je lui ai joué de la musique (percussion douce) en le caressant, il a souri pour la première fois. Qui de nous deux était le plus heureux, je ne sais pas...

Finalement, l'année qui suit, je pars en **Ouganda**, dans une équipe psycho-sociale (ce qui rentre dans le cadre de mes études). Je décide de partir durant un mois et demi dans un tout petit village situé à 5 heures de route de la capitale, sans électricité ni eau chaude. Je ne retrouve que difficilement mon amour pour l'Afrique parce que c'est une Afrique cassée par le dictateur Idi Amin, blessée et pauvre. Les gens sourient mais on a l'impression que c'est par habitude et pour cacher leurs sentiments profonds. Le travail est trop dur pour eux, la vie trop longue pour des corps abîmés et amaigris, les enfants trop mal nourris, les gens trop malades. Bien sûr, les bénévoles sont là, on est toute une équipe, on fait tout ce qu'on peut pour les soulager mais... leurs problèmes sont tellement nombreux et tellement grands...

Mon «travail» consiste à dépister les personnes séropositives et à leur annoncer le résultat. Beaucoup le sont..., mais à quoi bon le leur dire? Je ne sais plus si je fais bien ou si mon arrivée est une malédiction. Ils n'ont pas accès aux médicaments (alors que ceux-ci sont gratuits!) parce qu'il n'y en a pas, presque pas accès aux préservatifs (indisponibles), sont rejetés par leur communauté... Nous donnons des cours d'éducation sur le SIDA dans les écoles et le manque de connaissance est effrayant. Nous recevons des questions auxquelles il est pénible de répondre, comme: «*Mon oncle veut que je dorme avec lui et, de ce fait, il accepte de payer ma scolarité. Mes parents ne peuvent pas payer à sa place. Je veux aller à l'école mais je ne veux pas « dormir » avec lui, que dois-je faire, aidez-moi!*». Il n'y a évidemment pas de réponse... La police est corrompue, il n'y a pas

moyen de leur demander de l'aide et puis, il faut composer avec les coutumes locales... Il n'y a pas de solution miracle. **Alors, nous les volontaires, on essaie comme on peut de proposer des solutions qui, probablement, n'en sont pas. Le soir, on a souvent beaucoup de mal à s'endormir en y repensant...** Mais... c'est la vie, leur vie? Peut-on vraiment les aider? J'ai tout de même mis deux ans à me remettre de ce voyage-là... et je pense encore si souvent à eux!

Toute expérience est bonne à prendre mais n'importe qui n'est pas capable d'en porter le poids sur ses épaules. Je rêve de retourner en Afrique, en Ouganda ou au Togo. C'est un continent uniquement exploité pour ses safaris ou pour ses réserves naturelles alors que la richesse des gens est mille fois plus grande et tellement intéressante à découvrir. Dans les deux pays, j'ai été accueillie partout, embrassée partout, aidée partout. Les gens n'ont rien mais partagent le peu qu'ils ont «parce que c'est normal». **T.I.A: this is Africa!** Jamais en Europe je n'ai été témoin de tant de bonheur pour les petites choses de la vie, de tant d'humilité devant l'adversité. Toute personne devrait faire l'expérience du volontariat, peu importe où dans le monde. «Certainly, travel, more than the seeing of sights, is a change that goes on, deep and permanent, in the ideas of living*.» (Certainement, le voyage, plus que la visite d'attractions touristiques, est un changement qui se déclenche en soi, profond et permanent, dans la manière de vivre).

J'ai décidé de faire du volontariat parce que je voulais voyager de manière «vraie», à travers les yeux des locaux et non des touristes. C'est une manière à la fois économique et utile de voyager. Non seulement le volontariat a changé ma vision du monde, mais en plus il m'a aussi apporté une maturité certaine et un optimisme constant. Mes parents trouvent que cela m'a aidé à me forger une personnalité. Cela m'a permis de rencontrer des gens formidables à qui j'ai essayé d'apporter une aide gratuite et utile. En retour, ils m'ont aidée à grandir et à mesurer ma chance. J'ai encore un projet à l'étude: partir avec une équipe de support psycho-social en Haïti. Apporter, là aussi, un petit bout de mon soleil, s'ils veulent bien de moi...

* Miriam BEARD

Fanny

La Ligue est pour moi une seconde famille...

Quelles ont été vos motivations à devenir volontaire?

Une vie sans amour est une vie «vide».

Pouvoir donner un peu de son temps, de son écoute, de son amitié à des personnes qui sont atteintes d'une maladie qui, jusqu'à présent, est incurable, me semblait tout à fait normal et bien dans la ligne de mes convictions.

Mes enfants étaient grands, ils n'avaient plus besoin d'une présence constante à la maison (j'étais mère au foyer), je ne pouvais envisager de vivre sans contacts, sans partager avec d'autres un trop-plein d'amour.

Quels sont les points positifs de votre activité?

J'étais présente à la fondation de la Ligue Namuroise. Un des points positifs est certainement d'avoir pu, dès sa naissance, créer avec d'autres cette Ligue, créer un Comité, faire connaissance au fur et à mesure avec les affiliés, les rencontrer quand ils le désiraient, organiser des activités et tisser de vrais liens d'amitié: ces derniers ont une très grande importance pour moi.

Avez-vous rencontré des difficultés?

Tout au début, il fallait trouver des bénévoles, créer un premier petit noyau actif et dynamique. Ensuite les difficultés financières: ne recevant aucun subside, il fallait inventer toutes sortes de moyens pour trouver un peu d'argent. L'opération «Chococlef» a été une merveilleuse innovation en la matière.

J'avoue très sincèrement que j'ai parfois eu des difficultés à suivre la politique de certains membres de la «Ligue Communauté Française»: **le cœur de notre Ligue n'est-il pas l'affilié?** N'est-ce pas, avant tout, à lui que nous devons penser et pour qui nous devons travailler?

Quel est votre meilleur souvenir ou expérience?

- Mes meilleurs souvenirs sont certainement les longues routes en voiture avec certains affiliés. On y rencontre le «vrai», on se fait des confidences, on se donne des conseils, on peut discuter à cœur ouvert. J'ai souvent été émerveillée par la grandeur

d'âme de certains, la façon si courageuse d'accepter la maladie; le désir, encore et malgré tout, d'être utile à quelqu'un. Mon émerveillement aussi devant l'amour de certains conjoints d'affilié(e)s: malgré la maladie, la peur d'un lendemain incertain, une grande tendresse est perceptible et bien réelle. Quel exemple!

- Les coups de téléphone le soir: on perçoit la solitude de l'autre et c'est bon de pouvoir partager, de se dire que l'on n'est pas tout à fait inutile, qu'on peut donner un peu d'amour: se sentir aimé donne une telle force.
- Dans les moments durs et douloureux, l'amitié et la présence de certains affiliés m'a été d'un très grand secours; **la Ligue est pour moi une seconde famille que j'aime vraiment, c'est ma seconde famille de cœur.**
- La rencontre et l'amitié liée avec des assistants sociaux, merveilleux, ouverts, toujours à l'écoute et encourageants.

L'association pour le volontariat



Missions :

- > Prester des services au profit du monde associatif ;
- > Promouvoir l'engagement volontaire.

Activités :

- > Accueil et accompagnement de l'engagement volontaire ;
- > Connaissance des associations ;
- > Organisation de cycles de formation ;
- > Information diffusée au monde associatif et aux volontaires.

Objectifs :

- > Valoriser le volontariat tant vis-à-vis du grand public que des instances officielles;

- > Défendre la reconnaissance du volontariat et du statut des volontaires ;
- > Répondre aux besoins des associations et aux demandes des volontaires par :
 - l'information,
 - le recrutement,
 - la formation,
 - l'orientation des volontaires.
- > Encourager la concertation et la coordination entre les organisations qui bénéficient de l'appui de volontaires.

Services aux candidats volontaires :

- > Accueil personnalisé sur rendez-vous et aide à l'orientation et au choix de l'association selon les souhaits et disponibilités de chacun ;
- > Répertoire périodiquement mis à jour des offres de bénévolat provenant des associations membres ;
- > Divers programmes de formation.

Services aux associations :

- > Recherche et orientation de candidats bénévoles selon les demandes de chaque association ;
- > Conseils et renseignements ciblés concernant l'engagement de volontaires et toutes autres questions relatives au volontariat d'ordre général, juridique, fiscal,...;
- > Abonnement à la newsletter «Info Volontariat» ;
- > Programmes de formation ;
- > Aide de notre service de documentation ;
- > Invitation à toutes les manifestations organisées par l'Association pour le Volontariat et plus particulièrement aux réunions destinées aux associations (accueil, encadrement, mise à disposition de volontaires).

*Avec l'aimable autorisation
de l'Association pour le Volontariat*

Un pas dans l'ombre

Phnom Pen, fascinante capitale du Cambodge qui attire et repousse à la fois.

Phom Pen, ville martyre de l'histoire qui abrite encore tant de pauvreté !

J'ai été touchée au plus profond de moi-même par la beauté des paysages, la gentillesse des Cambodgiens mais aussi par toute la misère, à peine voilée au détour des rues.

Je me suis décidée à consacrer une partie de mon temps à créer des emplois pour des femmes sans ressource.

Pourquoi m'investir bénévolement si loin de chez moi? Parce que le peuple cambodgien m'a appris et m'apprend encore ce que sont la simplicité et l'authenticité. Se contenter matériellement de peu permet de se rendre compte que finalement, on n'est pas si malheureux. Les contacts sont vrais parce qu'on touche à l'essentiel: la relation humaine, au-delà des frontières, des cultures, des niveaux sociaux ou de la religion. L'argent, le pouvoir ne viennent pas tout gâcher comme c'est si souvent le cas en Occident.



Être volontaire, c'est apprendre le recul, savoir relativiser, garder l'espoir, être ouvert et souple. Être volontaire, c'est recevoir et donner et ce n'est pas toujours facile.

Quand on est volontaire, on est parfois pris par le doute: suis-je bien à ma place? Devrais-je faire plus ou au contraire me retirer un peu? Suis-je vraiment utile?

Et puis, il y a des instants fabuleux: une dignité retrouvée, une famille qui devient autonome, des femmes qui sortent de l'ombre.

En tant que volontaire, je crois qu'on a des responsabilités:

- Tenir sur la longueur: à quoi bon s'engager, donner de l'espoir et puis quitter quelques mois plus tard. Avant de commencer, il faut bien réfléchir à ses motivations et ses possibilités.
- Préserver la dignité des personnes: les projets doivent être analysés en profondeur avant d'être lancés.
- Garder la foi malgré les difficultés, la lassitude: c'est vrai que la pauvreté use.
- Se préserver et garder toujours au fond de soi la joie d'être volontaire. C'est un choix, pas une corvée ni un devoir.

Aujourd'hui, je suis fière d'être volontaire.

Amalia

MICRO-TROTTOIR

« J'ai la certitude de ne pas être seul, il y en a d'autres car j'ai toute l'association derrière moi. »

Avec du travail bénévole, tu deviens riche

Mon histoire commence en janvier 2007: j'étais pensionné depuis un an à l'âge de 60 ans et passais mes journées à bricoler dans mon garage (je suis assez bricoleur) et faisais quelques courses pour une dame âgée.

Lorsqu'un jour mon épouse passe à la maison avec une ex-collègue de travail. Celle-ci me demande ce que je fais de mes journées et si un travail de chauffeur bénévole au sein d'une association s'occupant de personnes moins valides m'intéresse.

Franchement, au départ, je n'étais pas très chaud car ayant toujours travaillé dans le transport de marchandises, le transport de personnes, surtout moins valides, ce n'était pas du tout mon domaine.

Cette gentille amie m'a donc mis en contact avec la Ligue de la Sclérose en Plaques et depuis 3 ans, j'effectue des transports pour leurs affilié(e)s.

Ce bénévolat m'apporte beaucoup et, comme je disais récemment à un ami, **«avec du travail bénévole tu deviens riche, pas financièrement, mais en amitié c'est énorme.»**

C'est vrai que cette amitié, malgré le peu de temps passé auprès de ces personnes pour leurs divers déplacements, me procure, non seulement une occupation, mais aussi le sentiment d'être utile.

Alors, Messieurs-dames, si vous aussi vous avez un peu de temps libre, venez rejoindre le groupe de bénévoles de la Ligue de la Sclérose en Plaques et vous verrez aussi quelle joie cela peut vous procurer.

JP

MICRO-TROTTOIR

« Je suis volontaire parce que je veux élargir mes horizons en côtoyant d'autres personnes. »

J'ai énormément reçu...

Quelles ont été vos motivations à devenir volontaire ?

Au moment de ma prépension, j'ai concrétisé mon souhait de m'engager au service d'une œuvre de qualité.

Quels sont les points positifs de votre activité ?

Le return de la part de beaucoup d'affiliés, le sentiment de contribuer à résoudre leurs problèmes.

Avez-vous rencontré des difficultés ?

N'importe quelle association humaine induit des difficultés de fonctionnement du fait que les hommes qui s'y engagent ont des vues parfois différentes. La Ligue n'y échappe pas.

Quel est votre meilleur souvenir ou expérience ?

Je n'ai pas de fait précis mais un ensemble de bons souvenirs et d'expériences qui me font continuer.

J'ai énormément reçu....

J'éprouve quelques difficultés à témoigner comme volontaire à la Ligue.

Mes intentions étaient très peu altruistes lorsque je me suis engagé. A dire vrai, suite à une mise à la préretraite un peu précoce à mon goût, j'étais tombé dans une profonde déprime et mon engagement «sur ordonnance» fut un des éléments de ma thérapie. Le point le plus positif est que je n'en suis pas trop mal sorti. Je n'ai donc pas apporté grand chose, mais ai énormément reçu.

Jean-Luc

Le bénévolat à Télé-Accueil, un fondement ...

Les écoutants bénévoles volontaires sont un des piliers du projet de Télé-Accueil. Etre à l'écoute de ceux qui sont dans le besoin de parler est teinté du fait que les écoutants sont bénévoles.

A Télé-Accueil, l'activité d'écoute est assurée depuis toujours par des bénévoles. Ce choix est l'expression de notre conviction qu'écouter et parler est l'affaire de tous puisque nous sommes des «êtres parlants». Tout un chacun peut, s'il le souhaite, développer des aptitudes qui lui permettent de se mettre à l'écoute des autres. Ecouter et parler n'est donc pas uniquement l'affaire de professionnels mais bien de tout être humain dès qu'il s'agit d'être en relation avec l'autre.

Le bénévolat induit aussi, selon nous, une relation plus égalitaire entre l'appelant et l'écoutant, sans pour autant nier qu'il existe une différence de position (l'un est en demande de parler, l'autre propose une écoute). Il n'y a pas une personne qui sait et une autre qui ne sait pas, schéma souvent en vigueur (ou à tout le moins attendu) face à des professionnels.

Supposer un savoir à l'écoutant engendre souvent une attente de résultats dans une société où le profit, la rentabilité, l'efficacité tiennent une place de plus en plus importante. En étant bénévole, l'écoutant se trouve libéré de ces valeurs et peut avoir une disponibilité non entachée par celles-ci.

En nous dégageant des modèles professionnels, nous souhaitons aussi mettre en valeur l'importance de l'engagement citoyen au sens politique, une manière de s'engager dans la vie de la cité, de la ville, une manière de témoigner de son intérêt pour l'humanité en essayant de contribuer à (re)nouer le lien social quand il est distendu.

Le bénévolat, un travail sérieux...

Le bénévolat est souvent assimilé à un travail non qualifié et le bénévole à un ersatz de professionnel. Ce n'est pas le cas à Télé-Accueil. Le travail des bénévoles est même plutôt exigeant! Ecouter dans l'anonymat, dans la ponctualité de l'appel, sans intervenir et sans juger l'appelant, n'est pas quelque chose de facile. Raison pour laquelle nous sélectionnons les bénévoles, nous leur demandons de suivre une formation continue

et de s'engager par la signature d'une convention. Ces exigences sont aussi une manière pour nous de donner de la valeur à leur engagement.

Le travail des bénévoles à Télé-Accueil s'inscrit également dans un cadre institutionnel et est constamment soutenu par une équipe de professionnels. Huit salariés assurent quotidiennement l'infrastructure nécessaire ainsi que l'accompagnement des écoutants. Nous faisons aussi appel à des psychologues indépendants afin d'animer mensuellement des groupes de supervision.



Quelques balises de l'encadrement des bénévoles à Télé-Accueil :

Préambule

Recruter, sélectionner, former, soutenir... nécessite des moyens humains et financiers importants. On est loin de cette représentation largement répandue qui consiste à croire que travailler avec des volontaires ne coûte rien! Les institutions qui travaillent avec des volontaires doivent ainsi se pencher sur la question des moyens mis à disposition pour assumer ce choix.

Fonction du cadre

Une des fonctions du cadre est de constituer un espace-temps délimité, une enveloppe symbolique au sein de laquelle peut se construire un sentiment de sécurité suffisant afin de permettre aux personnes de s'écouter et de se parler.

La sélection

La sélection fait souvent peur. A-t-on le droit de sélectionner les candidats? Peut-on se le permettre alors que nous manquons de volontaires?

Selon nous, elle s'impose car l'institution doit pouvoir garantir son offre. Soulignons que cette sélection est d'ailleurs souvent perçue par les candidats comme un gage de sérieux et qu'elle se pose tant du côté du candidat (auto-évaluation) que du côté de l'association. Elle s'appuie à la fois sur des critères objectifs (disponibilité, situation géographique, âge...) et des critères subjectifs en lien direct avec l'objet de Télé-Accueil (capacités relationnelles, d'écoute, d'accueil,...).

Le premier contact entre un futur écoutant et Télé-Accueil se passe généralement au téléphone et permet au candidat de prendre connaissance de l'objet de Télé-Accueil, de l'engagement demandé, du processus de sélection et de formation et de s'exprimer sur ses disponibilités et attentes.

Ensuite, un courrier reprenant les éléments pratiques liés à l'engagement à Télé-Accueil, un dépliant ainsi qu'un article de fond précisant le projet sont envoyés au candidat. Ces documents lui donnent l'occasion de déjà mieux saisir la demande de l'institution. S'il reste intéressé après lecture de ces documents, nous lui demandons de nous rappeler et l'invitons à un entretien de sélection.

Ce dernier s'articule autour de ses motivations, de son expérience de l'écoute, de sa conception de celle-ci, de sa position par rapport au projet de Télé-Accueil et de ses questions par rapport au projet.

La formation initiale

Contrainte ou soutien ?

«L'exigence» de formation peut être entendue comme une valorisation du travail des volontaires.

Se former, c'est se donner du temps : un temps pour réfléchir, comprendre, apprendre, créer... C'est un temps pour oser prendre du recul, porter un autre regard sur sa pratique, la confronter à d'autres, à des idées nouvelles, partager ses trouvailles, ses difficultés, ses questions... C'est une respiration.

Ce temps de formation permet aux participants de découvrir les attitudes d'écoute et d'accueil qui facilitent la parole de l'autre ainsi que les repères et les éléments du cadre inhérents au projet de Télé-Accueil.

Il fait surgir le lien inévitable qui existe entre écouter et parler, car écouter quelqu'un qui parle suppose, à un moment donné, de prendre soi-même le risque de parler.

Ce temps de formation initiale de plus ou moins vingt-cinq heures vise par ailleurs à permettre au candidat de mesurer s'il souhaite ou non entrer dans le projet de l'institution. C'est donc aussi un temps d'évaluation tant pour le participant que pour l'institution.

Le stage

Période intermédiaire entre la formation initiale, source de nouveaux repères et d'une pratique toute neuve, le stage se révèle un temps spécifique du processus de formation.

Le candidat bénévole se confronte à la réalité des appels, découvre la vie institutionnelle, s'intègre dans l'équipe des écoutants...

La question: «Qu'est-ce qui me pousse à devenir écoutant à Télé-Accueil?», déjà présente lors du premier entretien, resurgit souvent à ce moment-là et trouve une première ébauche de réponse.

Durant les trois mois que dure le stage, des supervisions bimensuelles sont organisées afin d'interroger sa pratique. Des supervisions individuelles sont également proposées aux écoutants qui le souhaitent. Au terme de ce stage, le candidat-écoutant sera invité à s'engager ou non comme bénévole par la signature d'une convention.

Signature de la convention

Être volontaire, c'est s'engager gratuitement et librement. Toutefois, il nous semble important de ritualiser l'engagement du volontaire et de définir un cadre. Nous demandons ainsi aux candidats de signer une convention avec Télé-Accueil. Celle-ci reprend les engagements et les droits de chacune des parties: un engagement ferme et contractuel de minimum un an durant lequel le bénévole assurera une permanence d'écoute de quatre ou cinq heures par semaine et suivra un processus de formation continue.

Formation continue et soutien des volontaires

La formation continue soutient la personne dans son cheminement afin de l'amener à « habiter » la place de volontaire, au sens d'une découverte de ses ressources, capacités et limites personnelles.

Tout a une fin

La question de la fin de la collaboration entre le volontaire et l'institution est essentielle. Elle est en lien direct avec celle de l'engagement: parler de la fin permet de parler de l'engagement et vice versa.

Inscrire la fin de l'engagement en précisant les modalités pour un éventuel réengagement soutient une dynamique positive chez les volontaires. Cela permet de se décaler de cette notion, parfois trop répandue, que l'on est volontaire... jusqu'à ce que mort s'en suive!

A l'heure où le volontariat prend de plus en plus d'ampleur, il nous semble intéressant que les associations œuvrant grâce aux volontaires prennent le temps de réfléchir aux apports, aux spécificités et aux fondements du volontariat. Cela permettrait de mieux mettre en valeur toute la richesse de cette pratique et de lui redonner ses lettres de noblesse au cœur d'une société trop souvent tournée vers la recherche du profit.

Pour Télé-Accueil Bruxelles
Myriam MACHUROT,
Violaine LÉONARD et Pascal KAYAERT



Blague

« Surtout, marquez-moi bien la posologie sur la boîte car je ne sais pas lire ».

Entendu à la pharmacie

Télé-Accueil Bruxelles en recherche de bénévoles

Si en 2009, ce sont plus de 50.000 appels qui ont été pris en charge, il faut savoir qu'un nombre bien plus important d'appels est resté sans réponse. Télé-Accueil Bruxelles est, en effet, loin de pouvoir répondre à la demande qui lui est adressée. Un plus grand nombre de bénévoles permettrait de pouvoir y faire face de manière encore plus efficace. Par ailleurs, Télé-Accueil Bruxelles connaît un certain « turnover » au niveau de son équipe d'écotants bénévoles. Plus ou moins 12 écotants sont à remplacer chaque année. Nous sommes donc en recherche permanente de candidat(e)s bénévoles. Intéressé(e) par cette belle aventure humaine? Vous pouvez prendre contact avec Télé-Accueil Bruxelles à l'adresse ci-dessous.

Contacts :

Télé-Accueil Bruxelles

Tél: 02/538 49 21

E-mail: secretariat@tele-accueil-bruxelles.be

Site internet: www.tele-accueil-bruxelles.be

Active depuis 1959, l'association Télé-Accueil Bruxelles propose une écoute 24h/24 et 7 jours sur 7 à toute personne en difficulté sur le plan moral, social ou psychologique et qui souhaite en parler dans l'anonymat et la confidentialité. Effectuée par une équipe de bénévoles spécialement formés à cet effet, cette écoute se fait par téléphone grâce à un numéro gratuit (le 107) et par chat sur Internet sur le site www.chat-accueil.org.

MICRO-TROTTOIR

« C'est important pour moi d'œuvrer pour l'action sociale. »

Vivre, c'est continuer à faire, à être, à devenir...

N'étant pas oisif de nature, plutôt altruiste et au surplus personnellement concerné par la SEP, j'ai trouvé à la Ligue matière à poursuivre des activités dès la prépension; ce qui m'a permis d'exercer certains talents et de rendre ainsi service à mes semblables.

Mon expérience d'une vingtaine d'années m'incite à penser que rester actif, tant manuellement qu'intellectuellement, est important pour continuer à apporter sa petite pierre à l'édifice social... et ainsi se sentir utile malgré l'âge et les faiblesses... que l'on souhaite passagères.

Le but initial étant de donner temps et compétence, on s'aperçoit à la longue que l'on reçoit tout autant que l'on donne. La satisfaction du travail accompli, la motivation pour continuer à rester au courant des nouveautés technologiques (en informatique par exemple, on n'arrête jamais de se former aux nouveautés) et les relations nouvelles sont autant de perspectives enrichissantes de la vie.

Vivre, c'est continuer à faire, à être, à devenir... malgré les aléas.

Mon trajet personnel de volontaire, ici et dans d'autres associations, m'a permis de constater combien il est important de respecter les prérogatives de chacun. Le volontaire est là pour apporter sa collaboration aux professionnels à qui les décisions finales appartiennent toujours. Même s'il est un meneur, le volontaire doit rester dans l'ombre des professionnels. Même nanti d'un mandat, le volontaire doit rester modeste vis-à-vis du «métier» de l'association qu'il sert. Certes, il apporte un point de vue «extérieur» et ses compétences particulières, utiles aux professionnels. Tel est d'ailleurs l'objectif poursuivi par l'association qui l'engage.

C'est dans la mesure du respect réciproque des prérogatives de chacun que l'association pourra poursuivre sa tâche. Selon le proverbe dicté par la sagesse paysanne: « *Chacun à sa place et les vaches seront bien gardées* »...

Jean GERARD

C'était bien parti !

Il y a dix-sept ans, jeune prépensionné, je cherchais un moyen d'être utile à la communauté: m'investir dans une activité sans rapport avec mon passé professionnel. Un ami me mit en contact avec la Ligue de la sclérose en plaques, la Présidente m'en expliqua le fonctionnement, les assistantes sociales me documentèrent sur la maladie et sur les actions de la Ligue. Après cela, il y eut une première réunion avec le Comité provincial et la participation à une des activités organisées régulièrement pour les affiliés. J'y appris à démonter une voiturette et surtout, je vis le plaisir de tous les participants: la joie était sur leur visage. C'était bien parti !

Puis vint «Chococlef» et donc, la vente de chocolats.

Là, ce fut loin d'être brillant, car cette première fois je vendis à la sortie d'un grand magasin le deuxième week-end de l'opération. Tous ceux qui s'arrêtaient avaient déjà acheté... à l'école, à la sortie de la messe, au bureau... jamais plus je ne vendrais le deuxième week-end.

L'année suivante, plus de vacances début septembre! Mobilisation de la famille et des amis proches pour vendre à la sortie d'un grand magasin. Il nous fallut bien des années pour trouver le bon. Je cherchai aussi d'autres vendeurs.

Devenu Président du Comité provincial, je repris également un petit dépôt suite à la maladie du responsable et, avec les travailleurs sociaux, nous avons veillé chaque année à solliciter les affiliés, avec succès, certains réalisant de belles prouesses.

Mais il faut renouveler les équipes et c'est bien difficile. Il faut aussi trouver des idées nouvelles pour au moins maintenir les ventes et c'est ainsi qu'il y eut, au niveau de la province dont je coordonnais toutes les ventes, le recrutement d'un ancien banquier qui vendit chaque année une soixantaine de boîtes en trois jours à la sortie d'un grand magasin; il y eut le directeur d'un groupe de pharmacies qui accepta de distribuer le chocolat dans ses officines: une cinquantaine de boîtes; il y eut aussi celui qui nous ouvrit les portes des centres hospitaliers catholiques: soixante boîtes également; il y eut... il y eut tous les autres.

Et dix-sept ans après, je suis encore là mais entre-temps j'ai trouvé, il y a déjà quelques années, un nouveau Président à qui j'ai passé le relais, une nouvelle responsable provinciale pour «Chococlef» et elle m'a remplacé aussi à la coordination générale de l'opération.

Et parmi les tous bons souvenirs, la vente chez Makro en septembre dernier où, en équipe avec des patients, les assistantes sociales, des amis, mes enfants et petits-enfants, nous avons vendu trente boîtes en deux jours.

M. MAZY

Le rôle sur le terrain reste une expérience unique

Il y a de nombreuses années, j'ai rencontré un homme extrêmement bon qui prônait par son exemple et son efficacité, l'aide à la personne atteinte de la SEP! Avec son bâton de pèlerin il a parcouru tout le Hainaut pour convaincre des personnes de le suivre. C'est ainsi que j'ai commencé à être bénévole au sein d'un Comité, la Ligue démarrait à peine.

Au fil des années j'ai rencontré les affiliés, les différents Conseils d'Administration et d'un petit doigt mis dans l'engrenage, j'y suis passée toute entière.

La Ligue a grandi, s'est structurée mais le rôle sur le terrain reste une expérience unique. C'est auprès des affiliés que l'on sent le mieux les besoins et surtout l'amitié.

Aujourd'hui, je n'ai plus le temps de me consacrer à la Ligue mais je garde un peu de temps pour assister aux réunions du Groupe d'entraide et de rencontre de Bury.

Ces groupes sont une particularité du Hainaut. Celui-ci s'est créé au fil des ans de façon un peu improvisée et s'est peu à peu structuré à l'arrivée de l'assistante sociale. Ce n'est pas si simple de réunir des personnes d'horizons différents qui ne se connaissent pas au départ mais qui ont en commun leur maladie. Pour quoi faire?

Avec qui? Comment trouver un local? Des jeunes et des moins jeunes? Comment laisser de la place à l'autre? Comment s'ouvrir à l'autre?, etc.

Beaucoup d'embûches pour réussir mais je suis épatée de voir combien les affiliés qui y participent ne rateraient jamais une réunion sauf problèmes de santé. Et là encore le groupe se soude et se manifeste par différentes attentions.

Bravo et merci aux conjoints et aux bénévoles qui permettent ces réunions et qui créent une bonne après-midi où il fait bon vivre et où l'on oublie un peu ses misères.

Pascaline



On a lu et regardé pour vous

Bénévolat Volontariat : Guide juridique et pratique

(Broché) - de Marie-Béatrice
MAZUC

Les mouvements associatifs prennent de plus en plus d'ampleur en France et dans le monde. En France, on compte environ 880.000 associations et plus de 15 millions de bénévoles. Pourtant, ceux et celles qui souhaitent s'engager dans une action ou une activité bénévole ne trouvent pas toujours l'association qui correspond à leurs motivations. Ces motivations, pour des jeunes, des salariés actifs, des chômeurs, des retraités, ne se ressemblent pas toujours. Le bénévolat et le volontariat recouvrent des notions assez différentes. Cet ouvrage dresse un panorama exhaustif de tout ce que vous voulez savoir sur ses envies d'engagement, les différentes options qui s'offrent à vous, les couvertures sociales et légales auxquelles vous avez droit, quelles sont les rémunérations éventuelles selon les choix que vous adopterez, les congés légaux que vous pouvez prendre en fonction de vos implications, les formations qui s'offrent à vous et leurs subventions. Vous aurez un aperçu des risques que vous devez prendre en compte avant de vous engager. Vous comprendrez aussi les différences qui font que l'engagement d'un bénévole et celui d'un volontaire ne recouvrent pas tout à fait les mêmes notions.

Trois regards sur le volontariat

Quelles ont été vos motivations à devenir volontaire ?

- Le besoin de me rendre utile après avoir cessé mes activités professionnelles.
- Le désir - qui me semble naturel - d'aider les personnes en difficulté (je me suis occupée pendant 15 ans d'Amnesty International).
- Ma motivation pour devenir responsable d'un groupe de rencontre est :
 - d'abord l'absence de groupe local,
 - ensuite, organiser des réunions pour les personnes atteintes par la même maladie afin notamment qu'elles échangent leurs idées et situations vécues.

Quels sont les points positifs de votre activité ?

- J'espère aider les personnes touchées par la maladie.
- Les contacts avec les personnes atteintes de SEP et particulièrement certains dont le courage force l'admiration.
- Participer à des réunions conviviales et constructives ; Organiser des voyages et visites.

Avez-vous rencontré des difficultés ?

- Jusqu'à présent pas vraiment de difficultés, peut-être un peu d'hostilité, mais cela devrait s'atténuer avec le temps.
- Pas de difficultés mais un regret : parfois l'impression d'être mal considérée voire considérée de façon hostile par certaines professionnelles de l'organisme.

Quel est votre meilleur souvenir ou expérience ?

- Je n'ai pas assez de recul pour qualifier un moment de « meilleur souvenir », jusqu'à présent, le sourire d'un malade me conforte dans ma volonté d'aider.
- Les rencontres avec certains bénévoles avec lesquels il est - ou il était - très agréable de travailler et qui sont devenus des amis.
- Les nombreuses participations à notre banquet annuel et bons contacts avec la Ville, les services Clubs, les autres organismes publics et privés.

MICRO-TROTTOIR

« Mon engagement est à la portée de tous car il est universel. »

CLUB MAGNETIC, chroniques sonores de l'amitié

Le Club Magnétique, créé en 1965, permet aux aveugles, malvoyants, seniors et isolés de communiquer, lire et se distraire par CD et cassettes audio.

Il fonctionne grâce à une petite cotisation moyennant laquelle le membre a, à sa disposition, une sonothèque de plus de 4000 heures d'écoute.

Son fondateur est entouré de 27 bénévoles chargés de l'enregistrement des récits, la duplication des cassettes ou CD's, l'envoi aux membres, le montage sonore,...

La sélection des livres se fait à la demande et 30 livres sortent chaque année.

L'A.S.B.L. ne compte aucun travailleur salarié et les seuls frais liés à l'occupation des 27 volontaires sont l'assurance obligatoire, les frais de transport, téléphoniques et de timbres éventuels.

Le « Club Magnétique » (l'équipe de volontaires épaulée par son Président) réalise également un « journal sonore » trimestriel dans lequel se trouve une fenêtre ouverte aux questions/réponses des auditeurs.

Depuis plusieurs années, le « Club Magnétique » est « passé au numérique » grâce à l'arrivée d'un nouveau bénévole pensionné qui voulait « rester un peu dans la technologie de l'informatique ».

Infos: 0477/82 97 97
www.clubMagnetic.org

L'A.S.B.L. JAVVA

JAVVA - **Jeunes Actifs dans le Volontariat et les Voyages Alternatifs** - est une A.S.B.L. belge, créée en 1999.

A son origine, un groupe de jeunes convaincus par la pertinence des chantiers internationaux comme outils de promotion de la paix. En 2003, JAVVA obtient la reconnaissance de la Communauté Française de Belgique en tant qu'Organisation de Jeunesse.

Aujourd'hui, **JAVVA** se définit comme une Organisation de Jeunesse, d'Action Citoyenne et de Dialogue Interculturel. L'association compte une quarantaine de membres actifs, accueille annuellement une centaine de jeunes du monde entier sur des projets de développement local en Belgique et permet à environ 130 jeunes, chaque année, de participer à des projets de volontariat international à l'étranger.

La mission

JAVVA ne se revendique d'aucune appartenance politique ou idéologique et est ouverte à tous !

L'organisation vise à promouvoir un idéal de tolérance, de solidarité et de paix entre les jeunes du monde entier. L'association a pour but d'encourager la participation active des jeunes et leur mobilité et ce, dans l'espoir de maximiser leur potentiel de citoyens actifs, responsables et critiques au sein de la société.

En 2007, l'association a défini les thématiques de l'accessibilité du volontariat aux jeunes moins favorisés et des politiques de migration comme prioritaires pour les années à venir.

Les chantiers

Un chantier international, c'est un groupe de dix à quinze jeunes venus des quatre coins du monde qui, durant deux à trois semaines, se met bénévolement au service d'une association dans le cadre d'un projet à vocation sociale, environnementale, culturelle ou artistique.

En échange de leur travail, les volontaires sont logés et nourris par la communauté locale d'accueil. Les conditions d'hébergement sont souvent modestes mais toujours décentes.

Les chantiers sont ouverts à toutes personnes âgées de 18 ans et plus, sans limite d'âge vers le haut. Les statistiques montrent que la moyenne d'âge sur les chantiers est de 23 ans. Nous encourageons toujours les personnes d'âge plus mûr désireuses de vivre une telle expérience, à participer à un chantier.

Les différents types de chantiers sont nombreux: construction, rénovation, reforestation, éducation à l'environnement, protection de la nature, archéologie, protection du patrimoine, organisation d'événements culturels, travail social avec enfants, personnes âgées ou marginalisées, personnes handicapées, animation dans des centres d'accueil pour demandeurs d'asile, mise sur pied de campagnes de sensibilisation, etc.

En règle générale, les volontaires travaillent environ trente heures et ont deux jours de temps libre par semaine. En aucun cas, il ne s'agit de remplacer de la main-d'œuvre salariée.

Ce qui compte le plus, sur un chantier, c'est l'esprit de groupe, le respect de chacun, la curiosité, l'envie d'apprendre, la capacité à déconstruire certains préjugés et à se laisser surprendre. Rapidement, les membres du groupe découvrent que le chantier est ce que chacun y apporte et que la réussite dépend de l'engagement de tous. La plupart des volontaires revient avec une vision du monde modifiée et des amis un peu partout. Le chantier est, avant tout, un lieu d'échanges multiples et de petites expériences uniques qui, mises bout à bout, en font un souvenir inoubliable.

JAVVA ASBL

86, rue de Parme - 1060 BRUXELLES

Tel : 02/478 29 19 - Fax : 02/478 03 74

Vous désirez des infos sur les chantiers :

exchange@javva.org - animation@javva.org

MICRO-TROTTOIR

« Je suis jeune, le volontariat me permet de tester une profession avant d'entamer une longue formation. »

L'ACS: «un succès citoyen»

C'est en 1969, dans la région de La Hulpe, que l'«ACS» (Amicale des Corps de Sauvetage) a vu le jour. La région n'était, à l'époque, pas encore couverte par un service d'aide médicale urgente.

D'une association de volontaires conçue pour venir en aide aux personnes en détresse, l'«ACS» est devenue, quarante ans plus tard, un centre de secours 100 (ou 112) de l'Aide Médicale Urgente (AMU) et, plus récemment, un centre d'aide sociale et psychologique animé par des volontaires.

L'association compte 15 permanents salariés et pratiquement 90% de volontaires non indemnisés. En fonction du secteur dans lequel ils s'investissent, les volontaires sont tenus ou pas de suivre une formation plus ou moins longue (ex: pour gérer les cas critiques dans l'ambulance «réanimation», une formation de sauveteur ambulancier est obligatoire). Dans ce secteur éprouvant et exigeant, les volontaires restent en moyenne 5 ans au service de l'«ACS». C'est du vrai bénévolat (prestations volontaires non payées) qui nécessite un investissement important de la personne.

L'«ACS» fonctionne essentiellement grâce aux interventions payées par une majorité de personnes secourues, des dons privés ou de services clubs.

L'A.S.B.L. cherche des responsables de séjour, des chauffeurs avec voiture, des animateurs, des bénévoles à la recherche de sponsors et des participants-aidants.

Infos : 010/42 06 43
volontariat-bw@skynet.be

MICRO-TROTTOIR

«C'est une école de vie, on se forge son propre caractère en s'exposant à des situations difficiles».

Vivre un petit bonheur

Décembre 2004, une inquiétude générale envahit toute ma famille. Ma mère est à l'hôpital à Ottignies au service neurologique. Suite à différents examens, une dégénérescence neurologique est prononcée. Là, je compris que tout ce que nous avions pu imaginer était à mille lieux de la réalité. Une sclérose en plaques. Mais c'est quoi cette maladie? Beaucoup de questions m'envahirent. Ma maman, dont la force de caractère est celle d'une battante, d'une femme courageuse: comment va-t-elle vivre avec cette maladie et que va-t-il lui arriver? De retour à la maison, maman s'est renfermée, s'est isolée. La tristesse et le silence prenaient le dessus. Une incompréhension lourde et pesante régnait dans notre cocon familial. Personne ne savait ce qu'il fallait faire ni que dire.

Cette famille meurtrie, je n'en voulais pas. Nous n'étions pas les seuls et je voulais savoir comment les autres agissaient. J'ai donc cherché à rencontrer des malades, des aidants, des volontaires, des personnes comprenant notre douleur.

Après de simples recherches sur Internet et quelques conversations, j'ai décidé d'affilier ma mère, peu convaincue, à la Ligue. Rapidement, nous nous sommes intégrées. Le Comité luxembourgeois est une équipe impliquée, engagée, composée de personnes disponibles, à l'écoute et disposées à répondre à nos questions. J'ai découvert le travail de volontaire au travers de ce Comité. Aujourd'hui, c'est à mon tour d'être généreuse, conviviale, à l'écoute et solidaire... Je donne de mon temps à des personnes que seuls un sourire, une parole et même un regard réconfortent. Accompagner un groupe lors d'une journée de divertissement, prendre part à l'organisation d'une activité, soutenir au niveau du travail administratif ou encore faciliter le déplacement d'affiliés: mon travail de volontaire est varié. Les missions confiées aux volontaires correspondent à ses goûts et ses compétences. Tout le monde peut se rendre utile dans une activité qui l'intéresse, à son rythme.

Une des motivations fondamentales dans cet engagement est de donner la possibilité à chaque affilié de vivre un petit bonheur. Aujourd'hui, ma mère vit beaucoup de «petits bonheurs» grâce à cette énergie déployée par tous les bénévoles du comité du Luxembourg. Sans le bénévolat, de nombreuses associations ne pourraient pas vivre.

Sarah

MICRO-TROTTOIR

« J'ai la certitude de ne pas être seul, il y en a d'autres car j'ai toute l'association derrière moi. »



On a lu et regardé pour vous

Volontariat - bénévolat et emploi : concurrence ou complémentarité?

(Broché) - de Collectif (Auteur), Bénédicte HALBA, Eve-Marie HALBA

L'activité bénévole/volontaire est-elle dangereuse pour les salariés ? Le monde salarié et le bénévolat/volontariat sont-ils concurrents ou peuvent-ils être complémentaires ? Deux camps s'affrontent. Les détracteurs des bénévoles/volontaires les considèrent comme des « voleurs d'emploi » ou des « casseurs de prix du travail ». Leurs partisans les voient comme des modèles innovants ou des auxiliaires indispensables. Pourrait-on proposer un « statut de l'actif » pour les réconcilier ?



On a lu et regardé pour vous

Pour un volontariat d'avenir. Regards Croisés sur le volontariat de solidarité

de Collectif (Broché - 1 mai 2001)

Cet ouvrage est le fruit de réflexions sur l'utilité, l'actualité et la modernité du volontariat de solidarité internationale. Il présente le rôle du volontariat comme vecteur d'échanges, facteur de changement et analyse cette forme originale d'activité non marchande qui allie engagement et professionnalisme. Il souligne ses effets positifs dans nos sociétés, au travers de nouvelles formes d'actions citoyennes que mènent les volontaires à leur retour.



On a lu et regardé pour vous

Guide du bénévolat et du volontariat ?

(en France) (Poche) - de G. GARIBAL

Vous souhaitez pratiquer le bénévolat dans votre région et rejoindre une association existante ? Vous désirez partir à l'étranger avec un corps volontarial ? Vous voulez créer une association ? Ce guide vous donne tous les renseignements pratiques.

- La répartition de l'ensemble associatif français par domaines d'activités et toutes les données chiffrées.
- Les coordonnées des organisations caritatives locales, nationales, internationales, et de clubs-service, leur historique, leur organisation, leurs ressources, leurs actions et les missions proposées.
- De nombreux témoignages de bénévoles et de volontaires épanouis vous aideront à faire votre choix.

MICRO-TROTTOIR

« J'ai voulu être volontaire pour trouver une occupation quand j'étais retraitée. Cela m'a permis d'avoir des contacts sociaux et de rencontrer des personnes qui, bien qu'atteintes par une maladie incurable, conservent un bon moral et vous apprennent à relativiser les difficultés. A début, j'ai eu quelques réticences à accomplir des gestes plus intimes (par ex : accompagner les personnes atteintes de SEP aux toilettes) ».

« Je n'ai pas de « meilleur souvenir » précis mais grâce à mes activités au sein de la Ligue, je passe de bons moments en compagnie des personnes atteintes de SEP et je suis heureuse d'encore me sentir un peu utile ».

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.

Nouveau: les articles qui ne sont pas repris sur un site web (voir fiches ci-dessous) peuvent être obtenus gratuitement en fichier .pdf via votre adresse courriel.

Général

Dossier à l'intention des bénévoles et sympathisants

Groupe Documentation - Ligue Belge SEP
Communauté française - 1999

Evolution de la SEP, douleurs, troubles de l'équilibre, problèmes cognitifs, symptômes invisibles, cheminement psychologique, vie relationnelle, éviter la dépendance, voiturette : mode d'emploi.

Dossier - 46 pages

N° 11

Vie sociale

Le bénévolat

Groupe La Clef - Ligue Belge SEP Communauté française - 1999

Qu'est-ce qu'un bénévole, que recherche-t-il, quel est son statut ?

Article - 12 pages

N° 5052

Vie sociale

Aidants, aidés : pour le meilleur et pour le pire

Groupe La Clef - Ligue Belge SEP Communauté française - 2008

Réflexion philosophique, témoignages, parents - enfants, législation, adresses utiles.

Article - 13 pages

N° 5154

Vie sociale

Volontariat - mode d'emploi

Fondation Roi Baudouin - 1999

9 questions pour un engagement concret. Assurance, remboursement des frais, responsabilité, statut du volontaire, droits et devoirs respectifs. Les 9 questions les plus souvent posées en la matière, tant par des personnes désireuses de s'engager bénévolement que par des responsables d'associations. Des réponses claires, précises, nuancées, illustrées par des exemples concrets.

Brochure - 36 pages

N° 5055

Vie sociale Législation

Les avancées de la nouvelle loi relative aux droits des volontaires

Par Magali SÉBILLE - AISF (assoc interfédéré, sport francophone) - 2005

Depuis le 1^{er} août 2006, toutes les organisations doivent se conformer à cette loi du 3/7/2005 (MB du 29/8/05). Tableau synthétique en 4 pages des innovations. Indemnités, responsabilité, assurance,...

Article - 4 pages

N° 5123



Blague

« Mon fils est tombé en mobylette.
Il a le bras plein d'esquimaux ».

« Donnez-moi quelque chose, mon nerf
asiatique me fait mal et je ne tiens plus debout ».

« On va me faire une césarienne,
le bébé ne passe pas par voie orale ».

« Que dois-je faire ? Mon fils a une érection
allergique ».

Entendu à la pharmacie

Rubrique médicale

Une nouvelle ère pour le traitement de la SEP?

Les 12, 13 et 14 novembre 2009 s'est tenue à Lisbonne, la réunion Charcot qui réunissait de nombreux spécialistes de la SEP pour faire le point sur les progrès scientifiques réalisés dans l'étude de cette maladie et sur les espoirs raisonnables que ces progrès suscitent en matière de thérapeutiques nouvelles.

Il est évidemment impossible de résumer, même de manière partielle, tout ce qui a été dit d'intéressant au cours de cette réunion mais on peut cependant dégager les 2 notions suivantes :

Première notion

La recherche fondamentale en matière de SEP se traduit par un énorme apport d'informations nouvelles relatives aux mécanismes de la maladie en termes de biologie moléculaire. Toutes ces informations ne se traduiront pas rapidement en de nouveaux traitements de la maladie mais elles constituent certainement des pistes extrêmement intéressantes et prometteuses pour concevoir ces nouveaux traitements et les mettre au point à moyenne échéance.

Deuxième notion

Des traitements nouveaux sont en cours d'investigation chez des patients atteints de SEP. Plusieurs molécules sont en phase III (pré-enregistrement) et des résultats définitifs sont attendus dans les 3 prochaines années. Même si toutes les molécules ne deviendront pas nécessairement des traitements de la SEP, on peut raisonnablement espérer l'arrivée prochaine sur le marché de quelques produits doués d'activités significatives et surtout de produits pouvant être administrés par voie orale.

Molécules nouvelles

Les molécules dont on parle le plus sont tout naturellement celles dont l'investigation est la plus avancée. Il y a ainsi une série de produits qui sont administrés depuis de nombreux mois à des cohortes de patients atteints de SEP. Ces patients font l'objet d'une surveillance très attentive qui permet d'apprécier leur réponse à ces traitements nouveaux en termes cliniques (nombre de poussées et évolution du handicap)

et en termes d'examens spéciaux (examens répétés de résonance magnétique).

D'une manière pratique, les molécules les plus souvent mentionnées sont les suivantes :

La CLADRIBINE, le FINGOLIMOD, le LAQUINIMOD, le FUMARATE, l'ALEMTUZUMAB, la PIXANTRONE, une STATINE, ... (liste non-exhaustive).

Dans le présent document, nous donnerons quelques détails concernant la CLADRIBINE, le FINGOLIMOD et le LAQUINIMOD dont l'étude est déjà bien avancée et nous attendons que l'étude des molécules suivantes soit plus avancée pour avoir matière à des explications détaillées qu'il serait difficile de fournir aujourd'hui.

La CLADRIBINE

La CLADRIBINE est une substance utilisée depuis des années dans le traitement de la leucémie. Après une administration orale de brève durée, elle diminue de manière importante et prolongée le nombre de lymphocytes T circulants. Chez des patients avec SEP à poussées et rémissions, cette chute de globules blancs s'accompagne d'une réduction marquée du nombre de poussées et de l'apparition de lésions nouvelles observées par résonance magnétique. Cet effet bénéfique est au moins égal, sinon supérieur à celui d'un Interféron, mais ceci reste à démontrer dans une étude comparative.

L'intérêt de la CLADRIBINE est son mécanisme d'action, qui est différent de celui des Interférons et de l'acétate de GLATIRAMER, ce qui permet de croire que ce produit pourrait être efficace chez les patients qui ne répondent pas favorablement aux autres traitements.

Le FINGOLIMOD

Le FINGOLIMOD est un analogue de la sphingosine. Sa liaison au récepteur pour la sphingosine situé à la surface du lymphocyte T a pour résultat de séquestrer les lymphocytes T agressifs dans les ganglions lymphatiques, ce qui se traduit, chez les malades atteints de la forme à rechutes et à rémissions de la SEP, par une diminution importante du nombre de poussées et de l'apparition de lésions nouvelles observées par résonance magnétique. Dans une étude effectuée sur plus de mille patients traités pendant une durée d'un

an, le FINGOLIMOD s'est avéré plus efficace qu'un Interféron.

Comme pour la CLADRIBINE, l'intérêt de ce produit est son mécanisme d'action original qui laisse prévoir une efficacité chez des patients qui ne répondent pas aux traitements traditionnels. Il s'agit également d'un produit actif par voie orale.

Le LAQUINIMOD

Le LAQUINIMOD est une petite molécule de synthèse qui modifie la proportion des lymphocytes Th1 par rapport aux lymphocytes Th2. Ceci conduit à une augmentation relative de ces derniers et à une augmentation relative des cytokines produites par ce type de lymphocytes.

Or, on sait que l'inflammation qui caractérise les lésions cérébrales des patients atteints de SEP dépend intimement de la présence de certaines cytokines qui sont soit pro-inflammatoires, soit anti-inflammatoires (pro-inflammatoires: les cytokines produites par les Th1, et anti-inflammatoires, celles produites par les Th2). Administré par la bouche à des patients atteints de SEP, le LAQUINIMOD diminue le nombre de poussées et cette diminution s'accompagne d'une incidence diminuée de lésions cérébrales mises en évidence par la résonance magnétique.

Il s'agit ici aussi d'un mode d'action original totalement différent des thérapeutiques existantes.

Effets indésirables des nouvelles molécules

Comme tout le monde le sait, un point crucial pour l'acceptation de nouvelles molécules par les commissions d'enregistrement est la démonstration de leur bonne tolérance. La molécule nouvelle doit démontrer non seulement son efficacité mais aussi qu'elle n'est ni dangereuse, ni toxique.

Qu'en est-il en ce qui concerne les 3 molécules mentionnées ci-dessus? Il y a une chose importante qu'il convient d'avoir à l'esprit, et c'est la suivante: si la démonstration de l'efficacité thérapeutique d'une molécule dans la SEP est une démarche difficile et coûteuse pour les laboratoires, la démonstration de la

bonne tolérance est une démarche bien plus exigeante encore. Il faut quelques centaines de patients traités pendant 2 ans pour s'assurer de l'efficacité d'un produit et il faut des milliers de patients traités pendant des périodes beaucoup plus longues pour s'assurer de l'innocuité d'un produit.

En pratique, cela signifie que bien des médicaments nouveaux sont mis sur le marché avant que l'on puisse totalement rassurer les malades et les médecins quant à l'absence d'effets indésirables au long terme. Cette réalité impose naturellement de procéder à un suivi très attentif des patients auxquels on administre un nouveau produit, surtout s'il s'agit d'un produit qui exerce une action sur le système immunitaire. Avec ce type de produits, on doit s'attendre en effet à voir survenir certaines complications infectieuses et parmi celles-ci, la leucoencéphalite multifocale progressive (infection cérébrale virale particulièrement grave). Un suivi adéquat permettra de déceler plus rapidement ces effets indésirables éventuels et permettra ainsi d'en diminuer les conséquences.

En conclusion

Le traitement de la SEP va bientôt s'enrichir de molécules nouvelles douées de mécanismes d'action variés. On disposera alors d'un véritable arsenal thérapeutique et on pourra sans doute envisager de combiner différents produits avec l'espoir d'obtenir un meilleur contrôle de la maladie et de sa progression. Cela va sans doute modifier considérablement la prise en charge thérapeutique des patients atteints de SEP. Cette perspective est évidemment réjouissante et il faut reconnaître qu'un vent d'optimisme soufflait sur la réunion Charcot à Lisbonne.

Cela ne nous fait pas oublier les difficultés quotidiennes vécues par de nombreuses personnes atteintes de SEP. Cette vie de tous les jours se présente souvent pour elles comme un véritable défi. Les médecins ne l'oublient pas, même quand ils annoncent la bonne nouvelle. Il est vrai que les malades ont souvent l'impression que les progrès de la médecine ne sont pas rapides: pour eux, et on peut le comprendre, les choses ne vont jamais assez vite.

Dr RIHOUX

Pétition « un revenu décent, pour les personnes handicapées AUSSI! »

Une association pour personnes handicapées (ASPH) mène une action dans le cadre de ses 90 ans et de l'année européenne de lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale. Elle a lancé une pétition le 9 février 2010 et devra récolter les signatures « papier » pour la mi-octobre 2010. Ces signatures seront remises lors de la semaine de la personne handicapée, fin-novembre, début décembre 2010.

Pour un revenu décent, pour les personnes handicapées aussi ! Signez, participez, faites passer.

Vivre décemment ! Avec les revenus qui sont les leurs, les personnes handicapées éprouvent beaucoup de difficultés à faire face aux dépenses liées à leur(s) handicap(s), leur maladie.

En théorie, la décence voudrait que tout le monde vive dignement, mais ce n'est pas le cas et surtout pas pour les personnes handicapées !

Malgré des efforts consentis à tous les niveaux de pouvoir, les personnes handicapées, comme d'autres personnes, dépendent de revenus de remplacement et sont de plus en plus contraintes à vivre dans la précarité et en dessous du seuil de pauvreté.

Face à ce constat, l'ASPH a décidé de lancer une pétition pour un revenu décent pour les personnes handicapées aussi.

Il est inadmissible que le surcoût du handicap ne puisse être assumé. Dépendance, soins, mobilité; tous font l'objet de report !

Diffusée jusque fin octobre, cette pétition sera présentée pour signature aux ministres des différents gouvernements (fédéraux et régionaux) et remise officiellement en main propre, le 3 décembre aux Secrétaires d'Etat, Messieurs Philippe COURARD et Jean-Marc DELIZÉE.

2010: Année de lutte contre la pauvreté. **Battons-nous ensemble pour des conditions de vie dignes.**

www.asph.be

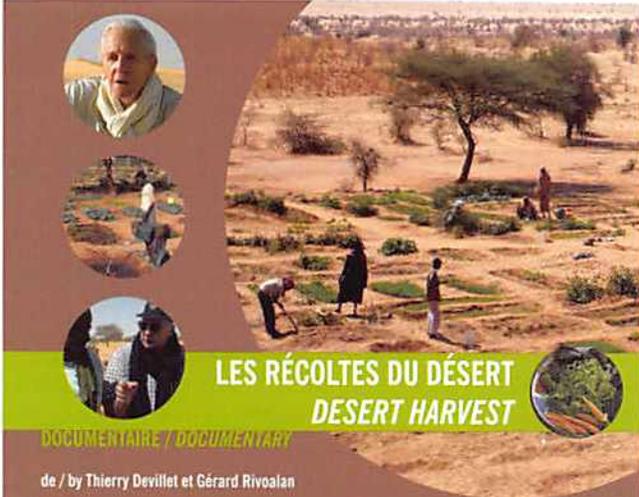
Film Mauritanie

Projection du film de Thierry DEVILLET « Les récoltes du désert », cf. Trimestriel La Clef n° 106 p 34.

Cette rencontre aura lieu le samedi **2 octobre à 14h00 au Centre de Rencontre de Naninne**. Elle sera suivie d'un débat et d'un buffet de pâtisseries.

Prix : 3 €/personne (film et buffet de pâtisseries compris).

Inscriptions pour le 15-09-2010 au plus tard : 081/40 15 55.



**LES RÉCOLTES DU DÉSERT
DESERT HARVEST**

DOCUMENTAIRE / DOCUMENTARY

de / by Thierry Devillet et Gérard Rivoalain

En 1997, le baron Gérard de Marmol lance le projet d'aide au développement agricole « Téniss ». Objectif : aider les habitants les plus pauvres de Bassakoumou, un petit village de Mauritanie, à devenir agriculteurs en leur fournissant du matériel, des semences et l'accès à l'eau et grâce à l'élevage.

À cet effet, il demande à Léon De Meyer un fermier des Ardennes flamandes de collecter des stammes et des fougères. Léon Herbillal se missionne et décide de se rendre sur place pour conseiller les cultivateurs dans l'utilisation du matériel et les convaincre de cultiver des primes de terre !

Janvier 2009, que sont devenus le projet Téniss et les habitants de Bassakoumou ? Quelles sont leurs conditions de vie aujourd'hui ? C'est ce qu'il va tenter de savoir les auteurs du film en restaurant sur place deux ans plus tard.

In 1997, Baron Gérard de Marmol launches the "Téniss" aid for agricultural development project. Its objective is to help the poorest inhabitants of the small Mauritanian village of Bassakoumou to become farmers by providing equipment, seed stock and lign access to free water.

In this end, he asks Léon De Meyer who farms in the Flemish Ardennes, to collect ploughs and rappers. Having accomplished his mission, Léon decides to travel to Bassakoumou himself to advise cultivators in the use of the equipment and convince them to grow potatoes!

So how has the Téniss project fared? And what is life like for Bassakoumou farmers in January 2009? Twelve years on, the authors of this film set off to find out.

Support : Brite numérique 114 - HDV 720 P
Année de production : 2009
Coproduction : DEVIL Production - RTBF - DGC - Crossroads - Studio 5/5

Matériel : Digital beta 16:9 - HDV 720 P
Produit en : 2009
Production : DEVIL Production - RTBF - DGC - Crossroads - Studio 5/5

45 min.

rtbf
belgian tv

Service Vidéo
Rt Auguste Reyers, 52 • B - 1044 Bruxelles
Tél. + 32(0)2 737 25 33 • 32(0)2 737 43 94
Fax + 32(0)2 737 45 63 • e-mail : vente@rtbf.be

Statut des volontaires

La Loi régit le volontariat organisé en Belgique ou à l'étranger avec des volontaires dont la résidence principale est en Belgique.

Vous souhaitez vous engager dans une action bénévole ou vous êtes déjà actif en tant que volontaire dans une association de parents, un comité de quartier, un milieu hospitalier, un club sportif ou une structure sociale (ex: La ligue)? Alors, ceci vous concerne!

Le volontariat, c'est quoi ?

1. Selon l'article 3 de la Loi, le volontariat est une activité:
 - Exercée sans rétribution ni obligation ;
 - Exercée au profit d'une ou de plusieurs personnes, d'un groupe, d'une organisation ou de la collectivité ;
 - Organisée ailleurs que dans le cadre familial ou privé ;
 - Non exercée dans le cadre d'un contrat de travail.
2. Avant que le volontaire ne commence ses activités au sein d'une organisation, celle-ci doit lui transmettre une **note d'organisation** qui précise :
 - La **finalité sociale** et le **statut juridique** de l'organisation ; s'il s'agit d'une association de fait, l'identité du ou des responsables de l'association ;
 - La confirmation que l'organisation a contracté une **assurance couvrant la responsabilité civile** et d'autres risques éventuels sauf lorsqu'il s'agit d'une association de fait ;
 - Si des **indemnités** sont **versées** aux volontaires et dans l'affirmative, lesquelles et dans quels cas ;
 - Que l'activité exercée par le volontaire implique le **respect du secret professionnel**.

Puis-je me rendre utile sans perdre mes droits sociaux ?

Oui, mais un certain nombre de règles sont à respecter.

Chômeur et prépensionné

Faire la déclaration écrite préalable au Directeur du bureau du chômage. L'activité peut débuter dès l'envoi de ce courrier. L'ONEM peut s'y opposer endéans les 12 Jours.

Pensionné

Le pensionné peut exercer librement une activité bénévole sans devoir effectuer de formalités particulières.

Invalide salarié

Pour autant que l'activité réalisée dans l'association ou l'organisation rentre dans le cadre de la loi sur le volontariat, l'accord préalable du médecin-conseil de la mutuelle n'est plus obligatoire mais conseillé. Celui-ci évaluera si l'activité bénévole est compatible avec l'état général de santé.

Bénéficiaire d'une allocation de remplacement de revenus et /ou d'intégration (« Vierge Noire »)

Engagement sans problème et sans risque de perdre les allocations.

Je travaille pour rien, mais mes frais ?

Les volontaires ne sont pas rémunérés mais peuvent obtenir le remboursement de frais moyennant accord de l'association.

Cette dernière doit choisir entre deux systèmes de remboursement :

- Remboursement intégral des frais réels sur présentation de justificatifs probants (tickets de caisse, souche TVA, kms parcourus à 0,3026€ (au 01/05/2010),...).
- Remboursement des frais par indemnités forfaitaires journalières pour les déplacements, les frais de séjour (rafraîchissements, repas,...) et d'autres frais dont la nature et le montant minime ne permettent pas la production de pièces justificatives (téléphone, fax, utilisation de PC,...).

Ces indemnités forfaitaires sont non imposables fiscalement et ne peuvent dépasser un certain plafond : 30,22 € par jour ou 1.208,72 € par année civile.

La grande force du volontariat réside dans sa variété, sa flexibilité, l'importance de son rôle dans la société et la richesse des ressources qu'il représente aux niveaux personnel, social, économique et politique.

La démarche d'un volontaire est une affirmation autant qu'une recherche de sens. Les motivations permettent de cerner les valeurs animant ce sens : altruisme, solidarité et épanouissement de soi.

S'y engager peut vous permettre de dépasser vos difficultés personnelles!

Le groupe Législation

Monsieur MAYENCE nous a quitté

Au nom des personnes atteintes de sclérose en plaques et de leur famille, nous disons un dernier au revoir à celui qui fut notre Président tant respecté.

Pour avoir côtoyé pendant sa carrière professionnelle des personnes qui étaient atteintes par cette maladie, il avait compris leur désarroi et leur peur de l'isolement générée par la perte de la mobilité.

Il fut donc à la base du Comité du Hainaut de la Ligue de la sclérose en plaques.

Souvenons-nous de son écoute, de son empathie et de son désir de rencontrer tous les patients. Nous admirions sa grande discrétion et sa simplicité.

Au départ d'un ami pour le pays des nuages, nous le trouvons à nos côtés, avec son admirable épouse, nous soutenant par des paroles réconfortantes.

Il a osé emmener des patients lourdement handicapés pour des vacances, préparées avec minutie et parfaitement réussies, plaidant l'allègement de la cause financière auprès des membres de son club Rotary Charleroi Sud.

Nous nous remémorons les concerts, les séances au Palais des Beaux-arts, les voyages-découvertes d'un jour, et surtout l'opération Chococlef qu'il menait avec brio et réussite.

Monsieur MAYENCE, avec notre adieu, et nos condoléances à votre chère famille, un seul mot nous reste à vous dire: Merci. Non pas un merci banal et griffonné à la hâte, mais un MERCI calligraphié, en enluminure, en lettres d'or.

Merci de nous avoir donné tant de votre temps, empiétant souvent sur vos loisirs, de nous avoir permis de voir que la vie valait encore la peine d'être vécue et que l'amitié est un lien magique. C'est ce message que nous garderons de vous.

*Andrée de MEULEMEESTER
au nom des patients*



Et si on sortait ?

Vous souvenez-vous de l'article paru dans La Clef n°106 p32 concernant l'audiodescription théâtrale ?

Nous avons sélectionné, dans l'ensemble des spectacles audiodescrits, deux pièces à Namur et à Tournai :

A Namur

Sambre, d'après la bande dessinée de **Bernar Ysilaire**, dans une mise en scène de **Jacques Neefs**, à la Citadelle de Namur (Terra Nova) (1^è partie du spectacle en plein air) - les 9 et 11 juillet à 20h15 - prix : 18.00€ - 14.00€ pour seniors et moins de 26 ans.

Sambre, un formidable hymne à l'amour... dans le cadre de *La citadelle prend deux ailes*.

Nous remontons le temps jusqu'en 1847, pour suivre l'amour passionné entre Julie Saintange, la «braconnière aux yeux rouges» et Bernard Sambre, jeune homme romantique, prêt à renoncer à tout pour l'amour de Julie. Autour de leur amour fou, plane l'ombre épaisse et lourde à porter d'une famille qui garde jalousement ses secrets.

Depuis Roméo et Juliette, les histoires d'amour finissent mal en général... *La légende des Sambre* nous emmène du monde étriqué de la vie de province aux rues coupe-gorge du Paris du 19^e siècle où le vent de l'Histoire souffle sur les barricades, où le monde de la peinture et des arts est en pleine ébullition... sur un rythme trépidant dans une quête de l'Amour absolu entre Bernard et Julie.

A Tournai

Spectacle des Frères Taloché, dans une mise en scène de **Emmanuel Vacca**, à la Maison de la Culture de Tournai - le 21 mai à 20h - Prix : 20,00€

Vous désirez découvrir tous les spectacles audiodescrits ? **Consultez l'agenda en ligne !**

Pour réserver : téléphonez au 0473/549 013 ou envoyez un courriel à reservations@audioscenic.be en mentionnant le nombre de personnes ET le nombre de casques réservés. Paiement sur le compte n° 979-9984232-27 de Audioscenic.

Audioscenic est soutenu par l'ABCD, l'Association Bruxelloise et Brabançonne des Compagnies Dramatiques.

<http://www.audioscenic.be>
compte n° 979-9984232-27



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



Max-e



Bingo



Copilot



C-Smax



Speedy



Zip



NOVARTIS

votre nouveau partenaire dans la lutte contre la

SEP



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.

Nouveau: les articles qui ne sont pas repris sur un site web (voir fiches ci-dessous) peuvent être obtenus gratuitement en fichier .pdf via votre adresse courriel.

Médical recherche

SEP: identification d'un gène de prédisposition

Centre de physiopathologie de Toulouse - Purpan
Web: www.inserm.fr - 2010

La découverte de ce gène VAV1 pourrait conduire à de nouveaux modes de traitement de la SEP.

Article - 1 page

N° 1379

Médical diagnostic

Diagnostic et traitement précoce dans la sclérose en plaques

Par Pr Patrick HAUTECOEUR - Groupe Hospitalier de l'Institut catholique de Lille - Dans Le courrier de la sclérose en plaques - Ligue française contre la SEP - 2010

La révision des critères du diagnostic permet de déceler la SEP plus précocement, ceci donne l'avantage de pouvoir traiter plus rapidement et d'obtenir ainsi de meilleurs résultats.

Article - 4 pages

N° 1382

Hygiène sport

La SEP et le sport

Par Dr BELACHEW (neurologue au Centre Hospitalier de Liège) - Ligue Belge SEP Communauté française - 2009

Lors de la journée médicale du 28 mars 2009, l'auteur a présenté des études et le programme «BESEP» (Be Your Sporting Health Partner). Le sport permet de se réapproprié son corps et cessera d'être un objet de souffrance pour redevenir un catalyseur de plaisir!

Article - 5 € - 40 pages

N° 4075

Médical traitement

SEP: des comprimés pour aider à marcher

Biogen Idec - Web : www.biogenidec.com - 2010

Le laboratoire Biogen Idec a déposé une demande d'enregistrement en Europe et au Canada pour un nouveau médicament: le Fampridine-SR, un nouveau traitement oral qui améliore la capacité ambulatoire des patients atteints de SEP.

Article - 1 page

N° 1380

Médical diagnostic

Les symptômes invisibles

Par Dr Mathieu VOKAER, neurologue, hôpital Erasme - Ligue Belge SEP Communauté française - 2009

Compte-rendu de la journée médicale du 17 octobre 2009:

- description des symptômes, de leur évolution, de leur mobilité
- quels traitements possibles pour améliorer le quotidien ?

Brochure - 10,50 € - affilié 3 € - 68 pages

N° 1383

Hygiène sport

Le sport: un traitement inédit de la SEP

Université d'Aarhus - Web: bulletins-electroniques.com/actualites - 2010

Contrairement aux idées précédemment répandues concernant l'exercice physique déconseillé aux personnes atteintes de sclérose en plaques, cette étude montre que celui-ci a un certain nombre d'effets positifs sur l'état général de la santé des malades.

Article - 2 pages

N° 4074

Médical traitement

Les traitements de fond de la sclérose en plaques

Par Dr Jérôme GRIMBAUD - Hôpital Louis Pasteur - Chartres - Dans Facteur Santé AFSEP 2009

Mise au point très intéressante sur les traitements de fond existants pour les différentes formes de SEP.

Article - 6 pages

N° 1381



Aide aux soins et transferts chez soi, avec les systèmes Handi-Move



Stefano Casa
gsm 0496 26 00 40
sc@handimove.com

Wallonie
Bruxelles
Luxembourg



Rendez-vous à domicile et expertise gratuite

Handi-Move International
Ten Beukenboom 13 • 9400 Ninove
tél 054 31 97 10 • fax 054 32 58 27
info@handimove.com

www.handimove.com



VERMEIREN



QUICKIE
The Real Chair People

MEYRA



küschall®



handicare

JAY.



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 ? Partout en Belgique - 24h/24 !

Contactez-nous au Esthétique et discret !

0800 94 366 - GRATUIT Fabrication Thyssen !

www.monolift.be

Même pour escaliers étroits !

Oui, envoyez-moi GRATUITEMENT
votre documentation

NOM :

PRÉNOM :

ADRESSE :

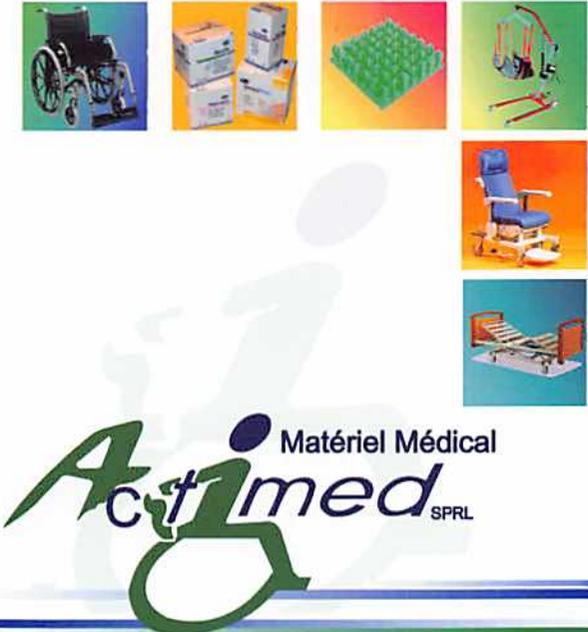
TÉL. :

Ascenseurs d'escalier & résidentiels / Plates-formes élévatrices



CLE

ThyssenKrupp Monolift - 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



Matériel Médical
Actimed SPRL

Outre-Cour, 28 b - B-4651 HERVE - Belgique
Tél.: 087/66.20.31 - Fax: 087/66.10.67
www.actimed.be - info@actimed.be

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
(voitures - literie - mobilier - barres etc.)
SERVICE PERSONNALISE - DEVIS GRATUIT

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.



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

A VENDRE

A vendre **voiturette électrique, marque STORM 3**, basculement d'assise, inclinaison dossier et repose-jambes électriques, avec tablette en plexiglas, plus chargeur de batterie INVACARE. Excellent état. Prix : 1.000€.

Contact : Joris DE GEYTER, tél. 02/633 38 44

A vendre **voiture essence HYUNDAI Getz 1400**, année 2006, automatique. 14.100 kms. Gris métallisé, 5 portes, airco, radio CD Pioneer. Adaptations au volant. Prix : 6.900€ à discuter. Contact : 010/65 71 21

A vendre **voiturette électrique MERA 2005** avec tablette et repose-tête. Prix à discuter. Contact : 0494/17 38 24

A vendre **Scoter électrique INVACARE METEOR 3** 15 km/h. Valeur neuve: 3.697€ - Vendu : 1.500€ Contact : 087/67 99 50

A LOUER

Ardèche sud : mas ancien isolé de plain-pied, 6 à 8 pers. tout confort, piscine privée avec escalier intérieur, tout accès par plan incliné. Libre en septembre : 560 euros/sem. Tél. 083/21 31 61 ou 0033/4.75.372656 Email : libert.landrieux@skynet.be www.giteenardeche.be



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

Chaque jour, des
milliers de Belges
s'exercent sur nos
MOTOmeds !

Nous restons l'entraîneur
thérapeutique le plus vendu en
Belgique ! Merci de votre confiance !

MOTOmed ...

- réduit les spasmes
- assouplit les muscles
- rend plus mobile
- améliore la circulation sanguine
- rend les patients plus autonomes
- redécouvre et utilise les forces résiduelles
- offre les fonctions 'contrôle des spasmes', 'protection des mouvements' et 'entraînement symétrique' pour s'exercer seul et en toute sécurité



MOTOmed Viva 2 est facile à l'emploi grâce à un display aux gros caractères, grandes touches sensibles et écran couleur.



Modèles spéciaux pour entraînement des membres supérieurs, pour des enfants et pour des patients allités !

Le MOTOmed peut être adapté selon vos besoins individuels grâce aux options et accessoires.



motorisé !



essai gratuit !



Partner for Life

Activités périodiques

Brabant wallon

Actif-Neurones, 3 jeudi/mois de 13h30 à 16h30, Rixensart - 010/24 16 86 - (pas d'activité durant les mois de juillet et août)

NOUVEAU! Yes Wii can, 1 fois/mois à l'Actif-Neurones. Une console Wii sera à disposition des participants avec des jeux de mémoires - 010/24 16 86 (pas d'activité durant les mois de juillet et août)

Café-rencontre, discussion amicale sur un thème choisi ensemble, ouvert aux personnes moins valides, Wavre, 1 fois/mois - 010/24 16 86

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 010/24 16 86 - (pas d'activité durant les mois de juillet et août)

Sophrologie, 1 groupe débutant / 1 groupe adepte, 2 fois/mois le mercredi, Limal - 010/24 16 86 (pas d'activité durant les mois de juillet et août)

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, 4^{ème} jeudi du mois, jeux de société - 0479/99 49 82

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

Malgré Tout, 1^{er} mardi, Mons - groupe de parole et de loisirs de 14h à 16h30 - 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

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



Blague

Depuis le début septembre, j'ai repris quelques heures d'enseignement des langues en 5^{ème} et 6^{ème} primaire.

Il y a deux semaines, j'ai proposé d'accompagner les enfants d'une de mes classes à une activité parascolaire (promenade). Sachant que j'allais participer, Anaïs, 11 ans, s'est inquiétée auprès de son institutrice :

- « Ça ira, Madame Pascale, pour la promenade de demain? »

- « Oh oui, Anaïs, pourquoi? »

- « Parce que, quand même, elle a la maladie du chocolat Galler! »

J'ai toujours trouvé que le mot sclérose en plaques est une appellation rébarbative, par contre, la maladie du chocolat Galler, ça a une connotation nettement plus positive à mes yeux!

Entendu à la pharmacie

Atelier « Doris », 2^e jeudi de 14h à 16h30, Tertre
0474/97 01 87

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, groupe de parole et de loisirs de
14h à 16h30 - 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 et de loisirs de
14h à 16h30 - 065/87 42 99

Liège

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

Luxembourg

Atelier bricolage, Ma 30/03, Tenneville, 13h30 à 16h -
Comité du Luxembourg - 084/21 45 89

Atelier aquarelle, Je 22/04, Bertrix, 10h30 à 16h
Comité du Luxembourg - 084/21 45 89

Atelier création, Je 23/09, Etalle, 13h30 à 16h
- Comité du Luxembourg - 084/21 45 89

Minibus, du 27/09 au 8/10

- Comité du Luxembourg - 084/21 45 89

Namur

Promenade en joëlette, 1 fois/mois - La montagne
intérieure - 081/21 20 78 - 0474/99 27 73

Goûter du 3^e mardi, jeux de cartes ou de société,
de 14h à 17h, Naninne - 081/51 19 63 - (pas d'activité
durant les mois de juillet et août)

Groupe des XII, 1 fois/mois, Namur - 082/66 67 54

Juin

Visite guidée d'Anvers, Lu 28, Comité du Brabant
wallon

Juillet

Visite de la ville de Metz, Lu 8,
Comité du Luxembourg

Visite du port d'Anvers (en car), Je 22,
avec repas au port, balade en ville et repas du soir,
Comité du Brabant wallon

Août

Voyage en car en Moselle, du Sa 21 au Ma 24,
Comité du Brabant wallon

Septembre

Opération Chococlef, du 9 au 12 et du 16 au 19

Barbecue à Chevetogne, date à convenir, Comité de
Namur

Visite de l'Abbaye de Maredsous, Ma 21,
Comité de Liège

Goûter de l'automne, DI 26, Sibret, de 14h30 à 17h,
Comité de Liège

Octobre

Parc des Topiaires à Durbuy, Ma 19,
Comité de Liège

Ateliers « Aquarelle »

au Centre de Rencontre de Naninne
le mardi de 10h à 12h. Pour septembre: 7 et 21
Mme de STREEL

Renseignements et inscription: 081/40 15 55

ADAPTATIONS PMR
spribeauraing
www.sbgcarcenter.com

Spécialiste en adaptations de véhicules
pour personnes à mobilité réduite

Systèmes de conduite

Transfert et chargement du fauteuil roulant

Transport collectif et privé

VOUS ALLEZ BOUGER !

Pour découvrir toutes nos adaptations, surfez sur www.sbgcarcenter.com

Stéphane Beauraing Sprl
Rue des anciens combattants, 1
5032 Mazy (Gembloux)
Tél: 081/73 80 87
Fax: 081/73 80 75
Messagerie: info@sbgcarcenter.com

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 Notte : vendredi 10h-12h

Secrétariat

Tous les jours
de 9h à 12h et de 13h à 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 9h30-12h
Mme Masset : mardi 14h-16h
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 et M. Destrée :
vendredi 9h-12h
documentation@ligue.ms-sep.be

Revue « La Clef »

Mme Debry :
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 Degreef : 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 Hodiamont : 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 Clef