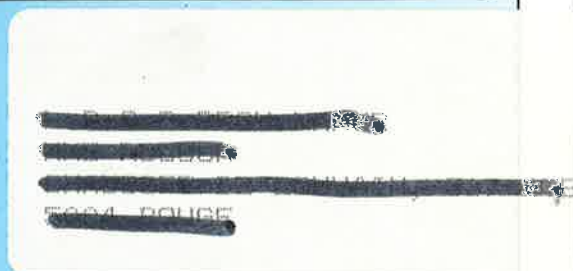




# LA CEEF



Bureau de dépôt  
Bruxelles X

juin 93 n°38

---

PERIODIQUE TRIMESTRIEL

---



2

## Sommaire

3

## Le mot de la Présidente

4

## Chronique médicale

*Adrénoleucodystrophie, sclérose en plaques  
et traitement diététique*  
*Aspects neuro-génétique de la S.P.*  
*Soins infirmiers et S.P.*

13

## Législation

*Allocations aux handicapés:  
un peu de pratique*

15

## Chronique musicale

*L'orgue*

16

## Trucs, astuces, détente

*Vie quotidienne et S.P.*  
*La cuisine au four à micro-ondes (suite)*  
*Histoires drôles*

29

## Nouvelles des comités

33

## Nouvelles internationales et nationales

*Une idée originale*  
*La Plate-forme Européenne*  
*Les plus « Lacoste »*

35

## Petites annonces

**NE MANQUEZ PAS  
LE PROCHAIN « LA CLEF »**

(septembre):

**NUMERO SPECIAL**  
**« S.P. et vie de famille »**

Vos avis, vos récits, vos questions sont les bienvenus et peuvent être envoyés au 367, Chaussée de Louvain Bte 6 5004 Bouge (groupe « La Clef » avant le 15 août 1993).

Les textes pour le journal doivent nous parvenir avant les 15 février, 15 mai, 15 août et 15 novembre de chaque année.

Chaque auteur est responsable de son article. La Rédaction se réserve le droit de refuser ou de raccourcir les articles.

Les opinions contenues dans les différents articles de cette revue ne rejoignent pas forcément les points de vue officiels de la Ligue, Communauté Française.

Les biens et services faisant l'objet d'une publicité dans « La Clef », ne sont pas forcément considérés comme les meilleurs par la Ligue, Communauté Française.

### Comité de rédaction

Mr et Mme Baader

Mme Crabbé

Mme Debry

Mr Eloy

Mr Guillaume

Mr Goethals

Mme Jehin

Mr Mairiaux

Mme Moreels

Mr Renard

Mme vander Straeten

### Mise en page et maquette

Mme Debry

Edition &amp; Imprimerie

### Graphisme

Mr Lefebvre

Centre d'éducation du Patient A.S.B.L.

Mr Serdu

Chère Amie,  
Cher Ami,



A l'Assemblée Générale du 24 avril, nous vous avons dit qu'après dix années d'existence nous étions fiers du développement de la Ligue Communauté Française.

Aujourd'hui, un réel «**service d'accompagnement professionnel**» répond aux besoins et aux demandes des personnes atteintes de S.P. et de leur entourage: le service social y accomplit un travail primordial d'écoute et d'accompagnement tandis que les groupes de travail offrent des services spécialisés et que les comités provinciaux multiplient les invitations aux loisirs.

Vous le savez, ce service d'accompagnement y compris l'information et les aides financières est accessible à toute personne atteinte de S.P. Une condition...**s'affilier annuellement à la Ligue Communauté Française.**

A partir du 1er janvier 1994, l'affiliation sera portée à 500 Frs. Cette somme reste très modique en regard des aides apportées.

Aussi, je pense que chacun d'entre-vous comprendra cette décision du Conseil d'Administration. (voir page 26).

Dans un souci de meilleure coordination mais également d'économie, le Conseil d'Administration a décidé de **concentrer toute l'administration dans les locaux de Namur (Bouge).**

Le siège administratif du 142 avenue Plasky est donc supprimé depuis ce 30 juin.

Cependant une antenne est maintenue à Bruxelles grâce au Comité du Brabant. En effet, tout comme le Comité de Namur a accueilli le siège social de la Ligue Communauté Française et ensuite son siège administratif, aujourd'hui, le Comité du Brabant accueille l'**Antenne Bruxelloise** de la Ligue Communauté Française dans ses locaux du 155 avenue Plasky.

Notre numéro de téléphone reste inchangé (02/733.17.95) mais les heures de permanence sont les mercredi et vendredi de 15h à 17h.

Merci de tout cœur au Comité du Brabant.

Comme chaque année maintenant, **la semaine de le sclérose en plaques** a lieu durant la troisième semaine de septembre du 11 au 19 septembre et la vente des «Chococlefs» se fait du 9 au 19 septembre.

Appel à chacun d'entre-vous.

Cela me concerne, cela te concerne, cela nous concerne, cela vous concerne... tous nous sommes concernés.

Alors... vendons, mangeons et offrons des Chococlefs.

Et si ce n'est déjà fait, contactons dès aujourd'hui les permanences afin de passer notre commande.

Au revoir

Colette vander Straeten



## Aspects neuro-génétiques de la S.P.:

### Un peu de «génétique»

L'unité de base de la génétique est le **gène**. Le gène représente un fragment d'une longue molécule appelée acide désoxyribonucléique (ADN) localisée dans les chromosomes. Toutes les cellules du monde vivant et donc du corps humain, ont un noyau contenant des chromosomes.

Dans l'espèce humaine, il existe environ 100.000 gènes, que nous possédons en double (un ensemble d'origine paternelle, un ensemble d'origine maternelle) et qui sont localisés dans 23 paires de chromosomes, 22 étant semblables de taille, la 23ème paire étant responsable de la différenciation sexuelle (XX chez la femme, XY chez l'homme). Ces 100.000 gènes contiennent toutes les instructions pour fabriquer toutes les protéines de l'organisme humain. Ces gènes diffèrent légèrement d'un individu à l'autre, sans que ces légères différences ne soient responsables d'anomalies ou de maladie: c'est le «polymorphisme génétique». Même si l'être humain est tiré à 5 milliards d'exemplaires, nous sommes tous différents sur le plan génétique. La seule exception concerne **les jumeaux vrais**, qui disposent du même matériel chromosomique.

Il existe un «code» pour traduire ces fragments d'ADN constitutifs du gène en acides aminés qui, reliés les uns aux autres, formeront les protéines de chaque cellule du corps humain, tout comme les lettres de l'alphabet peuvent former un mot, et les mots, une phrase.

Certaines de ces protéines sont localisées à la surface des cellules et jouent un rôle important dans les réactions inflammatoires et immunitaires. Comme elles varient d'une personne à l'autre à cause du polymorphisme génétique, ce sont elles qui déterminent la réussite d'une greffe d'organe, ou au contraire son rejet: si elles sont reconnues comme étrangères, elles provoquent une réaction inflammatoire de rejet.

On dispose maintenant de techniques pour les identifier et pour déterminer ainsi s'il y a compatibilité entre un donneur éventuel et un receveur. Par ailleurs, certaines de ces protéines de surface sont présentes plus fréquemment dans certaines maladies que dans la population générale.

L'exemple le plus frappant est une forme particulière de rhumatisme (la pelvispondylite ankylosante) où plus de 90 % des patients ont une protéine membranaire codée par le gène HLA- B27.

### Des facteurs héréditaires sont présents dans la S.P. :

Ces facteurs ont été mis en évidence par des études de populations. La S.P. est typiquement une maladie affectant les Caucasiens, c'est-à-dire la population blanche dont les origines lointaines proviennent du Caucase, mais elle n'est pas présente chez les Esquimaux et les Noirs africains et est très rare chez les Asiatiques, à l'exception relative des Japonais. Le fait aussi qu'il existe des familles dont 2 ou plusieurs membres souffrent de S.P. renforcent l'hypothèse de facteurs héréditaires. Le risque moyen dans nos régions de souffrir de S.P. est de 1 pour 1.000 (environ 10.000 personnes atteintes en Belgique pour une population de 10 millions d'habitants); ce risque est d'environ 1 pour 50 si l'on fait partie d'une famille où une personne est déjà atteinte de S.P. (même s'il est augmenté, ce risque reste **très faible** compte tenu de la taille habituelle d'une famille).

On considère que 5 à 8 % des patients atteints de S.P. ont un parent au premier degré atteint de la même affection. Enfin, si un jumeau vrai est atteint de S.P., le risque que l'autre jumeau vrai développe la maladie est de 1 pour 20 à 1 pour 50 suivant les études publiées.

Il faut noter cependant que contrairement à toutes les données précédemment rapportées, l'étude française publiée en décembre 1992 n'a pas montré de différence entre les jumeaux vrais et les faux jumeaux, ce qui semble diminuer l'importance des facteurs génétiques.



Ceux-ci jouent certainement un rôle mais qui n'est pas absolu : si les facteurs héréditaires étaient les seuls à provoquer la maladie, tous les jumeaux vrais devraient être «concordants» : soit souffrir de S.P. tous les deux, soit être indemnes tous les deux de cette maladie.

Il existe donc des facteurs liés à l'environnement qui provoquent la maladie chez un individu particulier parce que celui-ci est porteur de gènes prédisposants.

### La génétique de la S.P. est complexe

On sait maintenant qu'il existe des maladies provoquées par une seule anomalie dans un seul gène. L'exemple type est la dystrophie musculaire de Duchenne où le gène anormal est situé sur le chromosome X : cette maladie n'affecte que les garçons héritant du chromosome anormal.

Dans le cas de la S.P., on n'a pas identifié un gène unique qui serait responsable de la maladie. Il n'existe à l'heure actuelle que des tendances statistiques d'association de certains gènes à la S.P..

Par exemple, le gène HLA - Dr2, qui code pour une protéine de surface responsable de la compatibilité des organes, est présent dans nos régions chez 60 % des patients S.P., chez 30 % seulement de la population générale. Cette différence est statistiquement significative. Les études de familles où 2 membres au moins sont atteints de S.P. montrent que la présence de ces gènes n'est ni une condition nécessaire, ni une condition suffisante pour développer la maladie. Il faut donc un facteur extérieur surajouté à une susceptibilité génétique qui doit être encore mieux précisée.

Il est probable que plusieurs gènes de **susceptibilité** soient impliqués mais qu'il existe aussi des gènes responsables d'une **résistance** à la maladie, contre-carrant éventuellement les effets des premiers.

C'est dire que la génétique peut apporter de grands espoirs dans l'élucidation de la cause de la maladie et dans son traitement et que le projet extraordinaire lancé aussi bien aux

U.S.A qu'en Europe de décoder tout le génome humain pourrait avoir des retombées positives aussi dans le domaine de la S.P..

Professeur Sindic  
Neurologue U.C.L.



## Adrénoleucodystrophie, sclérose en plaques et traitement diététique

La sortie du film «Lorenzo's oil» qui relate l'histoire d'un petit garçon atteint d'adrénoleucodystrophie, et pour lequel les parents se battent en vue d'obtenir un traitement à base d'huiles spéciales a relancé le débat sur les bienfaits possibles de la diététique dans la sclérose en plaques. Il faut cependant éviter les amalgames simplistes et être conscient des grandes différences existant entre des maladies qui peuvent toutes néanmoins léser la «substance blanche», c'est à dire les gaines de myéline entourant les fibres nerveuses.

1) L'adréno-leuco-dystrophie est une maladie **génétique** provoquée par l'altération **d'un seul gène**, qui vient d'être localisé par une équipe française. Ce gène est situé sur le chromosome X, ce qui explique que les femmes (XX) ne souffrent pas de cette maladie mais peuvent la transmettre, tandis que les hommes (XY) en seront atteints si leur chromosome X est porteur du gène anormal. Il est quasi inconcevable que les deux chromosomes X d'une femme puissent être porteurs du même gène anormal et le chromosome X normal compense très largement le chromosome X anormal : ceci explique donc que les femmes sont indemnes de cette affection.

A cause de ce gène anormal et du déficit enzymatique qu'il provoque, des acides gras à très longues chaînes s'accumulent dans l'organisme, particulièrement dans la glande surrénale («adréno») et dans la substance blanche du cerveau («leuco»). Dans le premier cas, il en résulte un déficit de synthèse de cortisone,

hormone vitale pour l'organisme, dans le second cas, une «dystrophie» de toutes les gaines de myéline puisque leur structure est altérée par la présence des acides gras. Il s'agit d'une atteinte diffuse, régulière symétrique, responsable de troubles sensoriels (cécité, surdité) et de troubles intellectuels de plus en plus marqués. En fait, il existe parfois au sein de la même famille, des formes sévères atteignant les enfants et des formes retardées, plus chroniques, plus «bénignes», atteignant les adultes jeunes; ces dernières sont appelées «adrénomyélopathie» et peuvent être confondues avec la S.P. (mais le liquide céphalorachidien y est normal, contrairement à la S.P.).

2) La S.P. n'est pas une maladie génétique au sens où un seul gène est responsable. C'est une maladie inflammatoire, touchant plus souvent les femmes que les hommes, avec atteinte disséminée, asymétrique, des gaines de myéline. Ces gaines ont une composition chimique à priori normale mais sont la cible de cellules inflammatoires activées.

3) Il est donc logique dans l'adrénoleucodystrophie d'envisager un régime très pauvre en acides gras à très longues chaînes, puisque ceux-ci ne peuvent pas être dégradés et s'accumulent anormalement.

On pourrait au moins ainsi retarder l'évolution de la maladie, mieux sans doute dans les formes tardives plus lentes, que dans les formes juvéniles. Il faut donc exclure de l'alimentation tout produit laitier, pelure de fruit... et utiliser des huiles dont la composition chimique est rigoureuse et exclut tout acides gras à longues chaînes. Ces huiles («TGE», «TGO») et des margarines spéciales sont commercialisées; elles sont très coûteuses et leur coût ne peut être pris en charge par la Sécurité Sociale que si le diagnostic de l'affection est scientifiquement établi. Le succès à long terme d'un tel régime n'est pas encore prouvé dans l'adrénoleucodystrophie. Suggérer ou dire que ce même traitement diététique puisse être actif dans la S.P. est malhonnête et est un contresens sur le plan scientifique.

Professeur Sindic, Neurologue UCL



## Soins infirmiers et sclérose en plaques

Les personnes atteintes de sclérose en plaques à un stade avancé de la maladie nécessitent des soins infirmiers que ce soit à domicile ou en milieu hospitalier.

A l'hôpital, l'infirmière est confrontée à plusieurs types de patients dont l'évolution de la maladie se situe à différents stades.

Une approche médicale et sociale a déjà été effectuée chez la plupart des patients. Quel que soit le stade de la maladie, la première hospitalisation constitue pour le patient une source d'angoisse.

Il est de la plus grande importance de mettre l'accent sur l'accueil du patient, de le sécuriser au maximum ainsi que sa famille qui pourra dans la mesure de ses possibilités contribuer au succès du séjour à l'hôpital.

Des explications concernant l'organisation de la journée, de la prise en charge par les différentes disciplines quelles soient médicales, de revalidation et des soins infirmiers lui seront fournies.

Le patient sera également informé des différentes possibilités qui lui sont offertes (heures de visites, télévision, téléphone, animations, etc.).

Après le premier entretien médical, l'infirmière demandera si nécessaire le passage de l'équipe de revalidation (kiné, ergo, logo), de la diététicienne, du psychologue, de l'assistante sociale.

Il faut également que le patient sache qu'une hospitalisation trop courte peut être source d'échec. Il faut que chaque discipline ait le temps de connaître le patient et de mettre en oeuvre les moyens dont chacun dispose afin que le patient en retire un maximum de bénéfice avec sa collaboration.

Un changement d'attitude, l'évolution d'un cadre qui lui est étranger peut engendrer un sentiment d'insatisfaction au cours des premiers jours de l'hospitalisation.

L'activité des soins infirmiers s'inspire d'une philosophie spécifique qui tend d'une part à répondre aux besoins des patients et d'autre part à s'intégrer dans la politique générale qui a pour objectif la revalidation.

### **Besoins spécifiques :**

#### • Alimentation et hydratation :

Aider le patient à se nourrir et s'hydrater correctement tout en veillant à lui laisser une certaine autonomie

Veiller à ce que le patient ait sa ration calorique et hydrique journalière. Il est important que le patient ait un apport hydrique suffisant mais trop souvent celui-ci ne boit pas assez de peur de se mouiller (incontinence débutante, difficultés de se déplacer jusqu'aux toilettes, le patient ne veut pas dépendre de l'infirmière pour être installé sur le W.C) d'où le rôle éducatif important de l'infirmière face à ce problème spécifique du patient.

#### • Elimination :

##### **Urinaire :**

1. Les patients sondés : la sonde à demeure est considérée comme une solution de facilité pour le patient comme pour l'infirmière.
2. Les patients non sondés :
  - mise au W.C à heures fixes;
  - surveillance de l'apparition d'un globe vésical;
  - sondages intermittents.

##### **Fécale :**

Bon nombre de patients atteints de sclérose en plaques souffrent de constipation. dans ce cas, l'infirmière veillera à ce que le patient ait une élimination fécale régulière.

#### • Intégrité cutanée :

La prévention des plaies de décubitus est essentielle pour préserver et maintenir le bien être du patient.

### **Comment ? :**

- Dispenser des soins d'hygiène stricts : toilette complète chaque jour. Au coucher, toilette du siège et intime. Bain complet régulièrement.
- Changements de positions toutes les deux ou trois heures pour les patients alités avec massage des points d'appui.
- Pose d'un matelas à eau ou en mousse au lit ou dans la voiturette.

#### • Confort et déplacements

L'infirmière est attentive à ce que le patient soit bien installé soit au lit, dans sa voiturette, au fauteuil, soit à table pour les repas.

#### • Sommeil

Le patient atteint de sclérose en plaques a besoin de beaucoup de repos; une sieste est indiquée chez la plupart des patients fatigués par les traitements de kiné, de logo et médicamenteux ainsi que par l'évolution de la maladie.

#### • Toilette et habillage

L'infirmière assiste le patient lors de ces actions tout en veillant à ce que celui-ci garde une certaine autonomie et exploite au maximum la possibilité qui lui reste de pouvoir encore se laver, s'habiller et se déshabiller seul.

#### • Communication

Une écoute attentive du patient permet d'individualiser les soins du patient, de répondre à ses besoins et de respecter sa personnalité.

#### • Occupation et loisirs

En collaboration avec le service d'animation, l'infirmière guidera le patient vers les différentes activités de loisirs qui lui sont proposées.

## Conclusion :

Toutes les activités de l'infirmière tendent vers le but de l'art infirmier qui est de faire en sorte que le patient récupère ou sauvegarde une autonomie maximale dans un climat de confiance, de compréhension et de détente pour satisfaire au mieux et par lui-même à ses besoins.

Mme Warnotte  
Responsable des soins infirmiers  
au Centre Neurologique de Fraiture



## Espoirs dans le domaine de la Recherche et du traitement en S.P.

Une nouvelle en Recherche fondamentale a connu un impact médiatique important : la publication dans «Nature» des découvertes récentes du Prof. Steinman (Stanford, USA). Des conclusions hâtives en ont été tirées et publiées. Qu'en est-il exactement ?

L'équipe de Stanford a découvert dans le cerveau de certains patients atteints de S.P., de grands nombres de lymphocytes T avec des réarrangements spécifiques au niveau de leurs récepteurs (TCR) codés génétiquement. Ces lymphocytes réagissent avec des séquences de protéines spécifiques (épitope) de la protéine basique de la myéline (PBM). A l'aide d'autres cellules et de facteurs solubles, ces lymphocytes seraient responsables de la démyélinisation.

Jusqu'à présent, les traitements immunosuppresseurs visaient un grand nombre de lymphocytes. La découverte du Dr Steinman permettrait de mettre au point un vaccin fabri-

qué à partir de ces lymphocytes «réarrangés» toxiques pour la PBM. Des recherches dans ce sens sont en cours.

Quoique ce pas soit très important, il pourrait s'agir d'un premier vaccin commun à un groupe de patients, des réserves sont à émettre : ce vaccin ne pourrait être administré à tous les patients mais seulement à ceux porteurs d'un groupe spécifique HLA. De plus, l'épitope reconnu par les lymphocytes ne serait pas le seul en cause dans la démyélinisation.

L'équipe du Dr Raus à l'Université de Diepenbeek avait franchi une étape importante en démontrant la possibilité de préparer un auto-vaccin à partir du sang et du liquide céphalo-rachidien de chacun des patients qui ont été vaccinés. Des lymphocytes ont été cultivés en masse. Parmi ceux-ci, on a sélectionné pour chaque patient son ou ses clones toxiques pour certaines composantes de la PBM. Ce clone a été cultivé, puis irradié (pour éviter que les cellules ne se reproduisent). Ce vaccin a alors été administré aux patients. Huit patients ont été ainsi traités de trois à une fois. Aucun patient n'a présenté d'effet secondaire. Certains seraient stabilisés.

L'équipe de Boston des Prof Hafler et Weiner a confirmé la possibilité de ce type de traitement et l'absence d'effets secondaires en l'essayant chez 4 patients.

Le pas suivant, et il est utile de le répéter, les découvertes du Prof Steinman vont dans ce sens, est la fabrication de vaccins accessibles à un plus grand nombre et si possible à tous les patients atteints de S.P..

Un autre essai thérapeutique se révèle extrêmement intéressant : il s'agit de l'administration par voie orale de myéline bovine. Cet essai a également été réalisé par les Prof Hafler, Weiner et leur équipe. De la myéline bovine a été administrée en double insu chez 30 patients atteints de forme rémittente de S.P. et présentant des âges et des évolutions similaires. Parmi les 15 patients traités par myéline, 9 sur 15 n'ont présenté aucune poussée pendant



l'année suivant le traitement alors qu'ils en avaient présentés comme les autres, au moins 2 dans les 2 années précédant le traitement. Curieusement 8 de ces patients étaient des hommes. La présence de l'antigène HLA-DR2 semble aussi avoir une influence : les 6 patients ne présentant pas cet antigène n'ont présenté aucune poussée. Le traitement a été particulièrement bien toléré et des études futures sont prévues ou déjà en cours en randomisant les patients pour le sexe et le type HLA-DR.

Enfin, les résultats de la grande étude en double insu par bêta- interféron pratiquée au nord des Etats-Unis, ont été publiés dans le «Neurology» d'avril 1993. Il semble que les patients

traités présentent une réduction significative du nombre de poussées. A suivre...

Déception : l'étude en double aveugle par Isoprinosine n'a montré aucune influence favorable de l'Isoprinosine par rapport au placebo. Curieusement, les deux groupes se sont stabilisés pendant l'étude et ont présenté une réduction très significative du nombre de poussées. Il pourrait s'agir, soit de l'évolution naturelle de la maladie, soit d'un effet placebo.

**Dr Lissoir**  
**Centre National de la S.P. Melsbroek.**

SPRL **DORGE MEDIC** BVBA

Rue Taille Madame, 35  
1450 GENTINNES

Tél. : 071/87.76.72  
Fax: 071/87.67.15  
T.V.A. 443.678.988  
RC Nivelles 67754

**Agréations Inami:**  
1/6 26347 79 240  
1/6 26215 17 240  
1/6 27777 07 240

**IMPORTATEUR DISTRIBUTEUR DE FAUTEUILS ROULANTS  
POIRIER**

**AIDE A LA MARCHÉ**

**MATERIEL DE NURSING**

Voiturette adaptée aux besoins du handicapé, avec application du tiers payant intégral (pas de supplément).

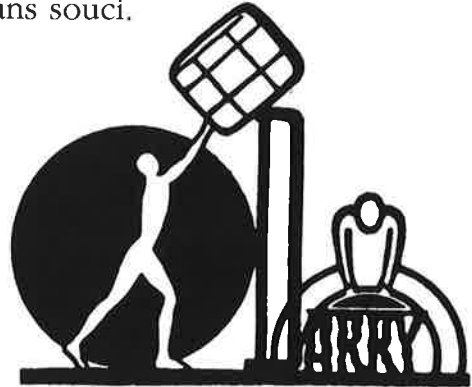
Service après-vente par propre personnel qualifié,  
sans frais de main d'œuvre ni de déplacement.

**MATERIEL ANTI-ESCARRES**

**MATERIEL SANITAIRE**

## PROBLEMES D'ESCALIERS JE NE CONNAIS PAS

Mon monte-personne **Dary** m'élève avec ou sans voiturette  
où je veux, seul et sans souci.



# ATELIERS DARIMONT

Succ. G. de SPA

184 RUE DE MANGOMBROUX - 4800 VERVIERS  
TELEPHONE 087/33 52 49

ORTOPEDIA

FORTRESS

Votre spécialiste en fauteuil  
roulant manuel et électronique.

Matériel de revalidation.

Service après-vente assuré.

Agréé toutes mutuelles.

ROHO

JAY



QUICKIE

MEYRA

Uw rolstoelspecialist  
manueel & elektrisch.

Revalidatiemateriaal.

Na-verkoopdienst.

Erkend door alle mutualiteiten.



96, Rue Général Eenensstraat  
BRUXELLES 1030 BRUSSEL  
FAX: (02) 242 51 91  
TEL.: (02) 215 01 98

# SIEMENS

## Vidéophone AMI: à chaque voix son visage.

- Nouvelle protection pour habitations, appartements et bureaux

Avec le vidéophone AMI, vous voyez qui sonne. Ainsi, visiteurs mal intentionnés ou indésirables sont tenus à distance.

- Conception et fabrication belges

La vidéophone AMI fait honneur à notre technologie de pointe. La haute qualité de la caméra vidéo à objectif grand angle et à infrarouge assure une excellente vision, même la nuit.

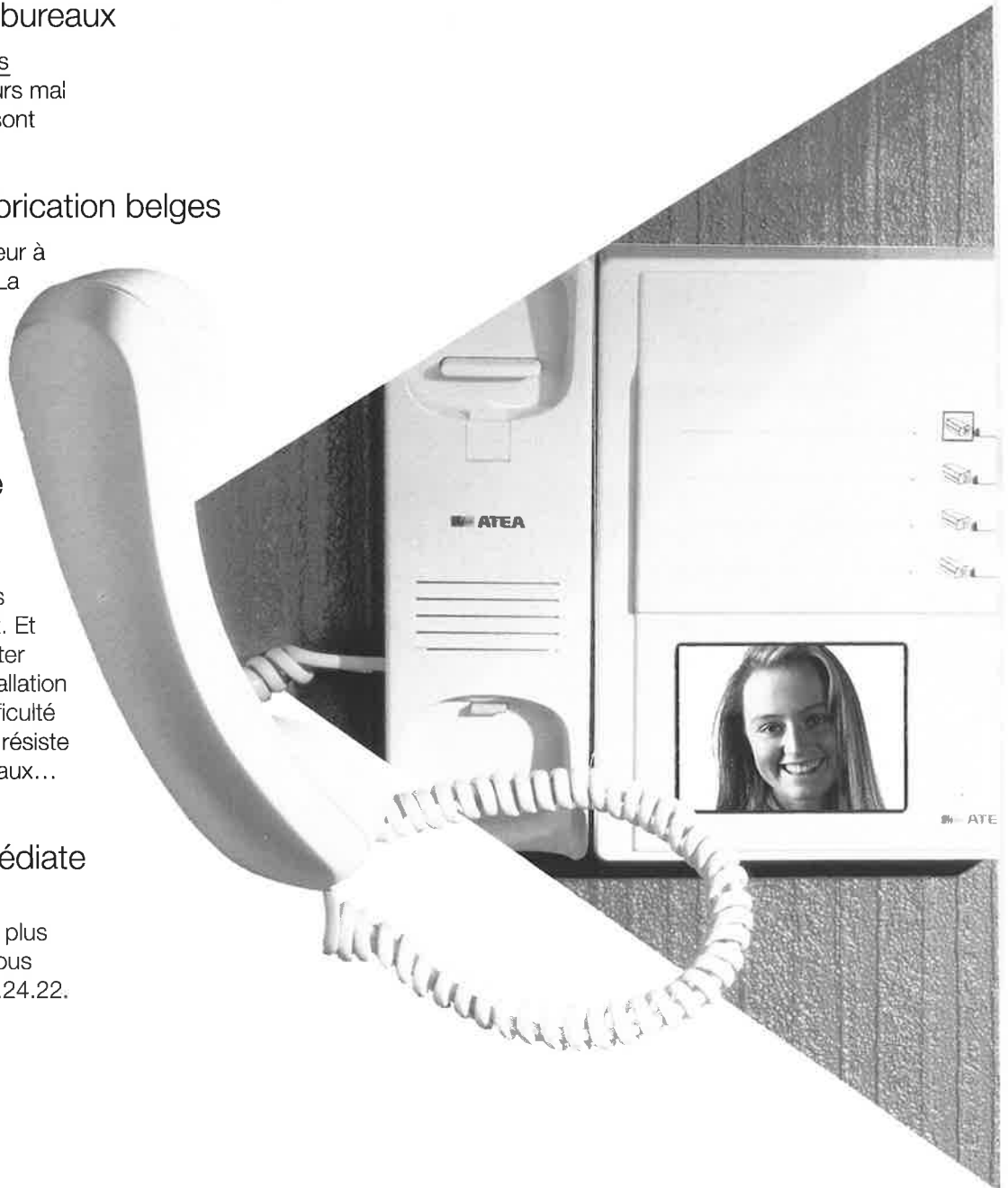
- Grande simplicité d'installation et d'entretien

Modulaires, tous les éléments s'interconnectent rapidement. Et il est toujours possible d'ajouter caméras et moniteurs à l'installation de base. S'adaptant sans difficulté aux bâtiments existants, AMI résiste aux voleurs, aux vandales et aux... intempéries.

- Disponibilité immédiate

Pour connaître l'adresse du distributeur agréé Siemens le plus proche de votre domicile, il vous suffit de composer le 02/536.24.22.

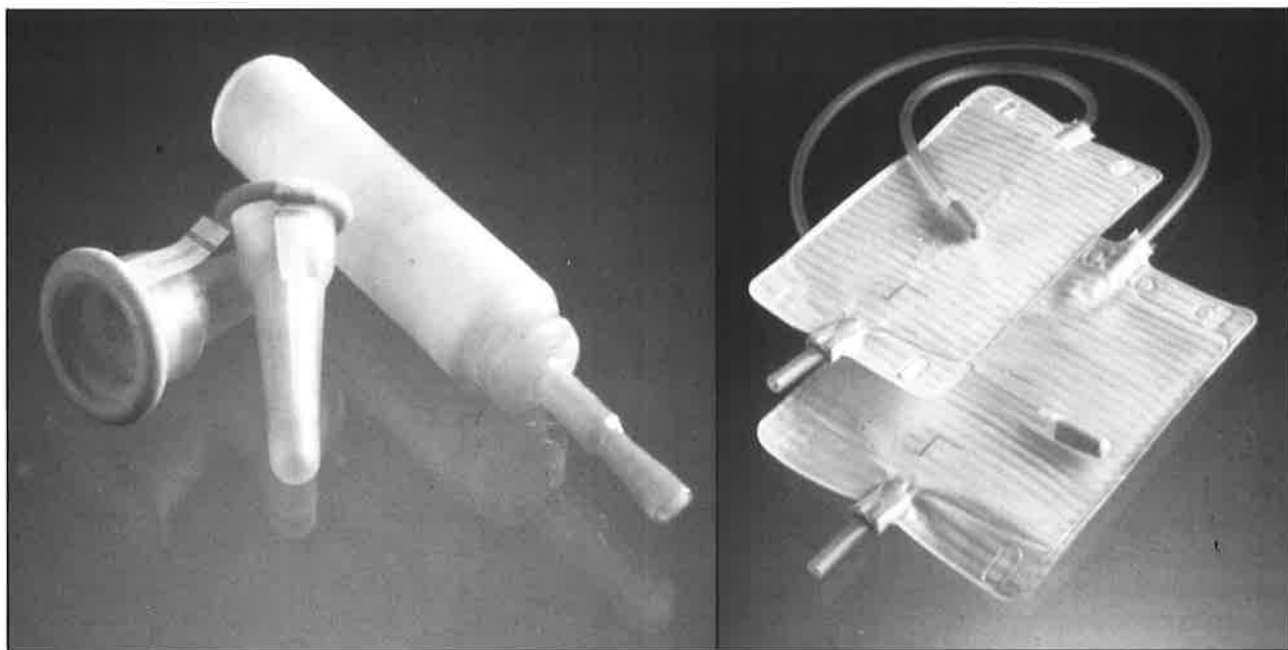
Siemens s.a.  
Département VP1  
chaussée de Charleroi 116  
1060 Bruxelles  
Tél. 02/536 24 22



- Vidéophone AMI: l'œil qui veille.

# Conveen Systems

La solution la plus adaptée au problème d'incontinence masculine



- S'applique facilement
- N'irrite pas la peau
- Est discret et confortable
- Offre sûreté et fiabilité de par sa haute qualité



Coupon-réponse à renvoyer à Coloplast Belgium  
Rue Gallait 64 - 1210 Bruxelles - Tél.: 02/241 01 15

Nom: .....

Adresse: .....

Tél.: .....

- Désire: - une documentation **Conveen 1 pc.**   
 - un échantillon **Conveen 1 pc**   $\varnothing$  25 mm -   $\varnothing$  30 mm -   $\varnothing$  35 mm



**Coloplast**

Coloplast Belgium s.a.  
Rue Gallait 64 - 1210 Bruxelles  
Tél.: 02/241 01 15

Conveen Etui pénien auto-adhésif			Conveen poche à urine		
Références	Diamètre mm	Quantité/boîte	Références	Volume	Quantité/boîte
5200	25	30	15156 (tube 55 cm)*	500 ml	20
5205	30	30			
5210	35	30	15061 (tube 90 cm)*	1500 ml	20

(\*) découpable



## Allocations aux handicapés : un peu de pratique...

Dans la Clef (N° 34 juin 1992, p. 12 à 15), nous vous avons relaté parmi les indemnités financières spécifiques en faveur des handicapés ce qu'étaient les allocations prévues par le Ministère de la Prévoyance Sociale et comment vous pouviez en bénéficier.

L'explication n'était pas facile et les questions n'ont pas manqué.

Il nous a paru alors intéressant d'illustrer la théorie par un exemple concret. Celui-ci ne reprend probablement pas votre situation car vous vous en doutez, il est impossible de trouver un exemple qui s'applique au cas de tout le monde !

N'arrêtez pas votre lecture pour autant, ce petit exercice vous donnera peut-être l'envie d'en savoir plus ou vous éclairera sans doute, sur un point qui vous paraissait nébuleux...

Il était une fois...

une dame, appelée Mme Durand vivant avec son mari, Mr Dupond.

Madame est de nationalité **belge**. Elle a **43 ans**, elle est ménagère, sans profession et atteinte de sclérose en plaques.

Mr Dupond, son époux est employé et perçoit actuellement un **salaires** imposable moyen de **39.000 Frs.**

Ils vivent avec leurs 3 enfants dont l'aîné, âgé de 22 ans et salarié, a un revenu mensuel de 35.250 Frs, tandis que les deux filles de 18 et 16 ans sont toujours aux études.

Le médecin de Mme Durand, évaluant **une réduction d'autonomie entre 12 et 14 points**, Mme Durand demande si elle peut prétendre à une allocation ?

Sur l'avertissement - extrait de rôle (exercice 1992, **revenus 1991**), joint à la demande, on constate un revenu imposable attribué à Mr Dupond d'un montant de **487.873 Frs** dont **452.335 Frs de revenus professionnel et 35.538 Francs de revenus de remplacement.**

Que pensez-vous de cette situation ?

N'oubliez pas de reprendre votre N° 34 La Clef de juin, il vous sera fort utile pour résoudre cet exercice.

Pour rappel :

### Montants de l'allocation de remplacement de revenus :

- 309.996 Frs pour un bénéficiaire avec personne à charge;
- 232.488 Frs pour un bénéficiaire isolé;
- 155.012 Frs pour un bénéficiaire cohabitant.

### Montants de l'allocation d'intégration :

- 7 ou 8 points, catégorie 1 : 31.896 Frs;
- De 9 à 11 points, catégorie 2 : 108.696 Frs;
- **de 12 à 14 points**, catégorie 3 : 173.664 Frs;
- de 15 à 18 points, catégorie 4 : 253.008 Frs.

Voici comment calculer :

**L'allocation de remplacement de revenus** est basée sur une notion importante :

La personne est-elle isolée, cohabitante ou ayant des personnes à charge ?

Le texte de loi dit que :

- On considère comme **ayant des personnes à charges**, toute personne mariée, non séparée ou établie en ménage ou ayant au moins un enfant à charge reconnu par l'I.N.A.M.I.
- Deux personnes **de sexe différent** qui cohabitent, sont considérées comme établies en ménage, sauf si elles sont parentes ou alliées **jusqu'au troisième degré**.
- On considère comme isolée, la personne qui vit seule.
- On considère comme cohabitante, toute personne qui n'appartient à aucune des deux catégories précitées.

Dans notre histoire, Mme Durand est considérée comme ayant personnes à charge puisqu'elle est mariée et à ce titre peut prétendre à une allocation de remplacement de revenus s'élevant à : **309.996 Frs.**

La notion de personne à charge est bien différente de celle couramment utilisée, pour remplir la déclaration fiscale par exemple. Le nombre d'enfants n'intervient pas dans le calcul de l'allocation.

**Qu'en est-il pour l'allocation d'intégration**

Mme Durand appartiendrait à la catégorie 3 (degré d'autonomie).

L'allocation d'intégration s'élève à : **173.664 Frs.**

Le cumul de l'allocation d'intégration et de l'allocation de revenus se monte à **483.660 Frs.**

**Comment calculer le montant global d'allocation (remplacement de revenus et intégration) auquel pourrait prétendre Mme Durand ?**

Ce montant dépend des revenus (sont exclus les revenus du 1er enfant).

Ici, les revenus à prendre en considération sont de : 487.873 Frs (salaire plus indemnités de maladie).

La loi prévoit un abattement de 60.000 Frs sur le revenu du conjoint de la personne handicapée (mariée ou établie en ménage).

Les revenus à prendre en compte sont donc de : **427.873 Frs.**

Rappelons-nous, le cumul de l'allocation d'intégration et de l'allocation de remplacement de revenus s'élève à : **483.660 Frs.**

Il suffit donc, de retrancher de ce montant les revenus à prendre en compte (**427.873 frs**) et le tour est joué!...

Vous obtenez : **55.787 frs**, bravo! Mme Durand pourra effectivement percevoir cette somme annuellement, soit **des mensualités de 4.649 Frs.**

**Calcul de l'allocation d'intégration seule :**

Mme Durand n'a pas de revenus, son conjoint a un revenu professionnel de 452.335 Frs (revenu provenant d'un travail effectivement presté) duquel il peut déduire un abattement de 300.000 Frs. (Autres revenus: 35.250 Frs. Abattement 60.000 Frs: néant).

Les revenus pris en compte s'élèvent à : **152.335 Frs**

Il suffit de déduire du montant barémique de l'allocation d'intégration (173.664 Frs) les revenus pris en compte (152.335 Frs).

**Le montant de l'allocation d'intégration pouvant être octroyé est de : 21.329 Frs, soit une allocation mensuelle de : 1.777 Frs.**

Les allocations seront payées sur la base du résultat **le plus favorable** pour le demandeur et dans le cas présent, à raison de **4.649 Frs par mois.**

Vous n'avez rien compris, vous êtes perdu, vous retournez les calculs dans tous les sens, vous avez d'autres questions ?

Formez le **081/21.27.66**, le jeudi de 10h à 13h, Mr Législation est à votre service!...

**Le groupe Législation**



**L'orgue:**

L'orgue est un instrument à vent, c'est le plus grand. Son ancêtre est la flûte de Pan. Le premier instrument auquel l'on donna le nom d'orgue fut inventé par un Grec nommé Csebios (cela se passait 200 ans avant J.C. Cet orgue fonctionnait à l'eau, d'où le nom Organum Hydrolicum. Système hydraulique. Ensuite vint le système pneumatique. Dans le système mécanique, des tringles de fer sont reliées directement aux touches, c'est ce qui donna à l'instrument un jeu très précis. La soufflerie: il y a bien des années, l'air qui permet de faire jouer l'orgue était pompé par des hommes (12 à 13 au Moyen-Age) qui actionnaient sans cesse de gigantesques soufflets.

Maintenant cette soufflerie est électrique, elle envoie l'air dans une série de réservoirs. Des couloirs appelés «porte vents» conduisent l'air des réservoirs aux sommiers. Les sommiers sont de grandes caisses de bois dont la partie inférieure reçoit l'air et le garde sous pression, le dessus des sommiers est divisé en une série de couloirs, ce sont les gravures. Les couloirs sont mis en communication avec la partie inférieure lorsque l'on actionne une touche. Ces grandes caisses de bois (sommiers) ont des trous pratiqués dans leur dessus, le pied des tuyaux y est introduit. Tant qu'un registre n'est pas tiré, les trous sont obstrués et il n'y a donc pas de son.

Registre: règle percée de trous qui voyage dans le sens des gravures.

Pour qu'un tuyau joue, il faut qu'un registre soit tiré, tous les tuyaux d'un même jeu sont alors mis en communication avec une gravure. On appuie sur une touche afin d'introduire l'air dans une gravure correspondant à la note désirée.

Jean-Paul Bovy

Réf:  
C.D de l'orgue français  
en Cotentin  
Christophe Simon à l'orgue  
de Notre Dame de Carentan

## La cuisine au four à micro-onde

(suite cf Clef N°37 p. 16 et 17)

### Conseils de base :

- 1- Utilisez toujours un récipient plus grand lorsque vous cuisez au micro-ondes.
- 2- Habituez-vous aux temps de cuisson calculés en minutes et en secondes, la minuterie compte pour vous et sa sonnerie vous prévient.
- 3- Ayez la main légère avec le sel, poivre, épices et aromates.
- 4- Habituez-vous à ne pas voir vos aliments dorés. Il est facile de remédier à cela en démarrant par exemple le poulet à feux vif sur le gaz ou la plaque électrique et quand il est bien doré, passez au micro-ondes pour le gain de temps et l'économie d'énergie (31 mn au micro-ondes pour un poulet de 1,5 kg après 10 mn sur le gaz ou plaque électrique pour le dorer)
- 5- Utilisez moins de graisse (beurre ou margarine) et moins d'eau que pour une cuisson normale.

### Quelques trucs :

#### Pour décongeler tartines et petits pains :

Envelopper la tranche ou le petit pain dans un papier absorbant de cuisine. Mettre 15 à 20 secondes à 100 %. Repos 30 à 45 secondes pour la tranche, 5 mn pour le petit pain.

#### Cuire des échalotes

Dans un plat en verre ou pyrex, faire fondre une cuillère de matière grasse (1mn 30 à 100 %) en couvrant le plat. Y mettre les échalotes épluchées, lavées et coupées en petits morceaux. Cuire en couvrant (1mn 30). Si l'on veut les dorer, il faut les cuire à découvert (1mn 30) et ce, pour 2 ou 3 échalotes.

#### S'il vous reste du café ou du lait

Les faire réchauffer dans une tasse d'un quart de litre (1mn 30 à 100 %, 2 mn si vous le voulez bouillant). Surveiller le lait !

#### Chauffer votre eau pour le thé au micro-ondes

Faites des essais suivant la quantité d'eau : 1/2 l d'eau pour 2 tasses (5mn à 100%) 1/4 l pour une tasse. L'eau ne bouillera pas.

#### Avant de surgeler des légumes crus

Passer la sac à surgeler tout préparé, 1mn au micro-ondes.

### Quelques recettes :

#### La sauce au chocolat

Cassez 150 g de chocolat noir en morceaux dans un plat en pyrex. Ajoutez 30 g de beurre et 3 cuillerée à soupe de lait. Faire fondre 3 mn à 75 % en couvrant. Sortez le plat et battez la sauce au fouet. Servez la chaude ou froide.

#### La sauce béchamel

Faire fondre 1 cuillerée à soupe de beurre ou de margarine dans un plat en verre d'1 litre 1/2, 30 secondes à 100 % en couvrant. Ajoutez 1 cuillerée à soupe de farine arasée, mélangez au beurre fondu. Couvrir et faire cuire 1 mn 30 à 100 %. Mélangez au fouet. Versez une tasse de lait où est émietté 1/2 cube de bouillon de poule (ne pas saler). Cuire 1 mn 30 sans couvrir. Mélangez au fouet et cuire encore 1 mn 30. Fouettez. Si l'on veut, y ajouter 50 g de gruyère râpé, le mélanger à la sauce et encore cuire 1 mn puis fouetter. (Cuire sans couvercle fait épaissir la sauce).

#### Le trimestre prochain, vous découvrirez les recettes suivantes :

- Les pommes de terre en pelure;
- la crème pudding;
- la crème anglaise.

Pour tout renseignement complémentaire, vous pouvez téléphoner à Mme Liliane Courtois au 02/653.96.70.



Suite à l'article sur le four à micro-ondes, paru dans le dernier journal «La Clef», un affilié nous a envoyé la recette suivante:

### Le cabillaud aux petits légumes:

Les poissons blancs comme le cabillaud, la lotte, la saumon, la barbu, le turbot... sont particulièrement savoureux lorsque la cuisson au court-bouillon est remplacée par les micro-ondes.

Le cabillaud, tout comme les autres poissons cités plus haut peut être préparé aux petits légumes par exemple.

### Ingrédients:

- Poireaux;
- Carottes;
- Crème fraîche;
- Une noix de beurre;
- Cabillaud (en filet pour ceux qui n'aiment pas se battre avec les arêtes);
- Sel, poivre.

Couper les légumes très finement (plus petits sont les morceaux et plus les légumes exhaleront leur bouquet).

Faire fondre une noix de beurre dans une casserole. Ajouter les carottes et poursuivre la cuisson à feu doux.

Ajouter ensuite les poireaux et couvrir.

Ceux qui préfèrent un régime pauvre en graisses pourront remplacer la cuisson au beurre par une cuisson au four à micro-ondes dans un fond d'eau.

Saler et poivrer le cabillaud. Placer les morceaux dans un récipient adapté au four à micro-ondes. Couvrir pour le temps de la cuisson.

Ajouter la crème fraîche aux légumes.

Servir le poisson et les légumes accompagnés de riz ou de pommes de terre.

H. Goethals



## Dé-stressons nous :

### Histoires drôles :

Celle-ci, d'abord qui m'a été contée dans les couloirs de l'hôtel des «Trois Clés», le jour de l'Assemblée Générale :

A une réception où Talleyrand était convié, l'hôtesse qui connaissait sans doute son goût pour les femmes, l'accueillit avec ses mots : «Monseigneur, c'est tout un parterre de jolies femmes qui vous attend»

La réponse du Prince fusa immédiatement : «J'y cours ventre à terre, Madame».

### Réflexion de mon coiffeur :

«Les cheveux, il vaut mieux les voir pousser que les regarder tomber».

Entendue en conclusion d'une conférence sur la maladie d'Alzheimer, cette réflexion de Sacha Guitry :

«Le rêve de tout homme : mourir à l'âge de 85 ans, assassiné par un mari jaloux».

H. Goethals

# MONOLIFT

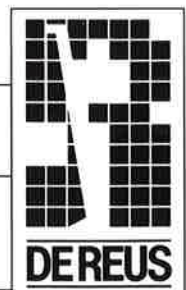
*La solution lorsque  
vous faites  
une montagne  
de votre  
escalier !*



Demandez  
gratuitement notre  
documentation.

**N.V. DE REUS**

Kaleweg 20  
9030 GENT - MARIAKERKE  
Téléphone (091) 26 82 88



Avec

la sympathie

de



**Générale de Banque**

GO-208-F

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

**SODIMED**

S.P.R.L.

Société Distribution Médicale

RUE DE VOTTEM 4 - 4000 LIÈGE

(à 800 mètres de l'Hôpital de la Citadelle)

041/26.60.78

**FOURNITURE  
ET MATÉRIEL MÉDICAL**

**VENTE - LOCATION**

**FAUTEUIL ROULANT  
et AIDE AUX HANDICAPÉS**

Agréé de l'INAMI

**MATÉRIEL D'AIDE**

(voitures - literie - mobilier - barres etc...)

**SERVICE PERSONNALISÉ**

**DEVIS GRATUIT**



### USAGE COMME W.C. NORMAL

En étant debout, appuyer sur l'une des deux touches

# TOILETTES A DOUCHE

automatiques avec séchage à air chaud



### AVEC RINCAGE & DOUCHE A L'EAU CHAUDE

Appuyer avec un coude sur l'une des deux touches, jusqu'à ce que l'eau devienne froide.



### ET SECHAGE A L'AIR CHAUD

Lâchez la touche:

Le séchage par air chaud s'enclanchera automatiquement.

Ets. N. Deridder sprl  
35, Av. Wielemans  
Ceuppens  
1190 Bruxelles  
tél. 02/344 01 47

SWISS MADE  
DEPUIS 1957



**closomat**<sup>®</sup>

*l'Hygiène en toute  
indépendance*

### PARLOPHONE - OUVRE PORTE « MAIN LIBRE »

Parlophone de haute qualité sonore commandé par infrarouge permettant le dialogue « main libre ».  
Il est équipé d'une commande infrarouge pour l'ouverture de la porte.

Alimentation en basse tension.  
Montage extrêmement simple.

Renseignements:  
Société Belge de TELE-ALARME 041/23.16.66

### JAMES

Une réponse aux problèmes de contrôle de l'environnement pour les personnes à mobilité réduite.

JAMES: Télé commande à infrarouge.  
256 canaux d'accès.

Copie la plupart des télé commandes.

Les canaux sont accessibles par:

- les doigts • le souffle • la langue
- la tête et même le regard.

Renseignements:  
Société Belge de TELE-ALARME 041/23.16.66

### TELEPHONE « MAIN LIBRE » A COMMANDE I.R.

Élégant appareil téléphonique avec mémoire et commande infrarouge.  
Conversation main libre. 4 numéros en accès direct.  
100 numéros en mémoire.  
3 sonneries à niveau réglable.  
Disponible en Blanc ou Noir.

Renseignements:  
Société Belge de TELE-ALARME 041/23.16.66

### CONSOLES DE JEUX SEGA

Grâce à une collaboration efficace, les consoles de jeux vidéo SEGA, sont maintenant accessibles au personnes à mobilité réduite.  
Commande à distance par infrarouge (sans fil).  
Toutes les fonctions du jeu sont accessibles.

Renseignements:  
Société Belge de TELE-ALARME 041/23.16.66



## SOCIETE BELGE DE TELE-ALARME S.C.

10 AVENUE ROGIER - 4000 LIEGE - TELEPHONE: 041/23.16.66 - FAX: 041/23.18.83





**AMIGO**

*You can't beat  
the wheeling!*

Amigo Shop Liège  
Quai St Léonard 9a - 4000 Liège  
Tél 041 27 40 85 Fax 041 27 43 63

Amigo Benelux nv  
Kroonstraat 182 - 3020 Veltem-Beisem  
Tel 016 48 19 40 Fax 016 48 93 46

Amigo Shop Antwerpen  
Brederodestraat 186 - 2018 Antwerpen  
Tel 03 248 57 62 Fax 03 248 57 38

Amigo Shop Oostende  
Koningstraat 27 - 8400 Oostende  
Tel 059 80 99 71 Fax 059 80 99 70



fauteuils roulants

cannes  
coussins  
élevateurs  
barres d'appui  
vêtements pluie  
cadres de marche  
matériel d'incontinence  
aménagement d'intérieurs

*Le plus vaste choix  
La plus haute qualité  
Un service compétent et efficace  
Des prix très compétitifs*

**i n t e r c r e a  
v a n d e r s l e y e n  
s p r l**

architecture d'intérieur



rue général gratry 17  
1040 bruxelles

tél. : 02/732.47.38

---

**spécialistes en aménagements  
pour personnes présentant des  
handicaps physiques**

---

faites appel aux spécialistes car contrairement à l'opinion généralement répandue des travaux réalisés avec l'aide d'un professionnel répondront à vos besoins réels, ils vous coûteront moins chers, et vous éviterez bien des tâtonnements et des erreurs d'aménagement ou d'équipement.

# palm

A.G.

Morsheck 285 • B-4760 BÜLLINGEN

Tel: 080/64 78 09 (4 L.)

Fax: 080/64 76 55

**Le Spécialiste dans l'aménagement des maisons de repos et de soins.**

**... alors, n'hésitez pas à nous consulter**

Nous sommes à votre disposition pour la conception et la réalisation des solutions que vous cherchez: qu'il s'agisse de lits, d'armoires ou d'équipements complets.



**Lit à hauteur variable VARIO:**

- Réglable en hauteur par pompe hydraulique de 40 à 80cm, soit manuel ou automatique.
- Châssis en acier laqué RAL monté sur 4 roulettes 125 x 32mm avec frein central.
- Sommier à lattes très solides réalisé en bois ramain ou métallique, résistant à l'eau et aux désinfectants.

Le lit **VARIO** est réalisé en bois de hêtre blanc 1<sup>er</sup> choix, des rainures spéciales, en profilé aluminium encastrées, sont prévues dans le cadre des panneaux tête et pied, pour recevoir les galeries incorporées.

**Dimension extérieure:**

Longueur: 2120mm  
largeur: 1020mm

**Dimension intérieure:**

Longueur: 2000mm  
Largeur: 900mm



## Trucs : sclérose en plaques ou santé perfide ?

De 22 à 32 ans, S.P. avait une signification précise :

(S)ource (P)ermanente d'originalité !

Après le passage brume et ténèbre succède inévitablement le diagnostic, j'ai refusé d'envisager la totale déchéance physique.

J'avais trop envie de me défouler, de réaliser, de m'affirmer. Quand on achète une maison, on se retrouve pris dans l'engrenage des travaux, de la décoration, des projets, des contretemps et avec dans la tête une idée fixe : vite, vite, que l'on en profite !

En fait, je n'avais des problèmes que lorsque j'avais esquissé un pas trop loin ! Pas de frontière précise, pas de repère mais plein d'idées pour allonger cette dernière foulée.

Allez donc expliquer à un enfant de trois ans, une baisse surprise et momentanée d'énergie ! Que le totem de la squaw est «canard boiteux» surtout quand le grand guerrier est sur le sentier de l'école juché sur son mustang nommé tricycle.

Forte de ma devise : il n'y a pas de problème, il n'y a que des solutions surtout avec les talents manuels de mon mari, j'ai réussi à franchir le cap. Un manche a été fixé au vélo et j'ai pu sans peine régler mes déplacements jusqu'à l'école. Je ne suis pas passée inaperçue mais je ne me suis jamais sentie ridicule car l'idée était géniale !

Pas de risque d'échappée en solitaire donc pas de risque d'accident, pas de stress. J'avais la situation bien en main !

Le passage du tricycle aux quatre roues s'est effectué sans heurt. Puis le manche a été échangé avec une béquille.

Pour maintenir un enfant indépendant à ma cadence, il fallait trouver une astuce...

J'ai adopté et adapté la sortie du chien aux heures de classes ! C'est connu, un chien est plus obéissant qu'un enfant et comme ces deux derniers sont inséparables, vous avez toutes les chances de les garder dans votre sillage. C'était gagné ! Par la suite, le trajet a été écourté certains jours... puis fatalement tous les jours... la dernière étape fut la prise en charge par une autre maman. Si j'avais eu un permis de conduire ou seulement une autre idée... enfin, pas de regret superflu.

Pour aller plus loin, il faut ménager sa monture ! Dix ans... que j'ai mis pour comprendre et régler ma vitesse de croisière, grâce à une bonne dose d'imagination, de trucs et d'astuces toutes catégories. Le but de l'opération était d'arriver à accomplir une tâche avec un minimum d'effort.

Au départ, je ne me suis tournée vers cette manière de travailler que contrainte et forcée. Comme je ne suis pas d'un naturel têtue (si peu !), cela donnait le scénario suivant : j'aimerai m'occuper de mon parterre de fleurs... il faudrait que je m'occupe de... il serait temps de... je vais m'occuper de cela parce que j'ai décidé que je le ferai, na ! (décharge d'adrénaline).

Et là un siège de pêcheur est l'auxiliaire miracle des jambes défaillantes. Cela ne s'enfonce pas dans la terre, n'est ni trop lourd, ni encombrant. Le siège allié à un sac plastique pour les mauvaises herbes et une binette à courte manche et vous voilà équipée pour opérer un petit miracle.

Je veux... donc je peux... mettre en couleur le béton de ma cour avec une chaise pliante, en reculant au fur et à mesure, bande par bande, je peux faire mes fenêtres en poussant mes seaux d'eau sur une table roulante (desserte) et à l'aide d'un appareil télescopique. Ah, cette table roulante multifonctions, une aubaine!... vous pouvez ranger votre maison en embarquant tout ce qui traîne en un seul passage (merci Ginette pour l'organisation).

Vous désirez porter votre manne dehors pour pendre votre linge et cela sans fatigue inutile et sans risque de chutes? Adoptez la table roulante et emportez le linge et pinces sans problème (merci maman).

Pour arroser les plantes d'intérieur, vous emmenez l'arrosoir, un ou deux seaux d'eau comme provision sur les deux tablettes de votre desserte, sans oublier l'engrais et le torchon. Que de pas avez-vous économisés! Et les repas en plein air...

Rester debout vous fatigue quand vous cuisinez, perte d'énergie gratuite... la mode étant à la chasse anti-gaspis, adoptez la chaise de bureau sur roulettes! Une merveille à laquelle vous ne saurez plus résister car si toute la fatigue vous est épargnée, vous pouvez envisager de vous oxygéner et faire une petite ballade apéritive dans votre jardin.

J'ai même réussi, grâce à elle, à rafraîchir le sol de ma cuisine et en musique s'il vous plaît!

(pour la cadence). La raclette vous sert sans problème de perche pour progresser, la marche arrière est cependant recommandée... ça marche, enfin ça roule!

Dix ans pour adopter un mode de vie qui me permette tout simplement de vivre, de prolonger mes chances de rester sur mes deux pieds... et vous?

Puis patatras... l'existence vous réserve de mauvaises surprises et S.P. devient Simple Progression vers la dépendance matérielle. Ne perdons pourtant pas de vue qu'il n'y a pas de problèmes, il n'existe que... Mais cela, c'est pour un second volet.

**Une personne atteinte de sclérose en plaques  
âgée de 35 ans.**

Et vous qu'en pensez-vous? Il suffit d'avoir quelques idées, de les formuler sur papier et de les faire partager aux autres... Le groupe du journal «La Clef» est toujours à la recherche de bénévoles talentueux et enthousiastes qui seraient disposés à collaborer à la fabrication du journal. Voulez-vous être de ceux-là?

## LA SCLEROSE EN PLAQUES ET

**L**e jeune adulte rempli d'énergie lorsque cette inconnue l'interpelle,  
**E**st confronté à des exigences d'origine familiale et professionnelle,  
**S**uivies de la nécessité d'apprendre, «**Comment vivre mieux avec elle**».

**S**ouvent émotionnelle, cette affection neurologique agit sans pudeur,  
surpris par elle, il faut vaincre **le plus grand handicap**, «**la peur**».

**U**n symptôme gênant ayant causé problème aux gestes d'hier, avec lui,  
une personne avisée peut connaître **le plus beau jour**, «**aujourd'hui**».

**P**ersonnaliser son information et découvrir tous les choix à adopter,  
procure la certitude d'éviter **la chose la plus facile**, «**se tromper**».

**E**prouver des difficultés exige l'adaptation des activités à exercer,  
entretenir l'intégration exclut **la plus grande erreur**, «**abandonner**».

**R**efouler la déprime par crainte d'un effondrement pour un long bail,  
éclame divers moyens dont **la plus grande distraction**, «**le travail**».

**L**ueur d'espoir naît d'une acceptation avec sérénité et discernement,  
lutter par révolte entraîne **la pire banqueroute**, «**le découragement**».

**A**bdiquer face aux complications simultanées est réagir à contre-sens,  
lors que toute démarche révèle **le plus grand besoin**, «**le bon sens**».

**T**out fait nouveau incompris de l'entourage est l'objet de compromis,  
lorsqu'un conseil requiert **les meilleurs professeurs**, «**les amis**».

**I**nnover au sein d'un groupe en y partageant son idéal avec dynamisme,  
incite à participer pour éloigner **le plus grand défaut**, «**l'égoïsme**».

**F**ormuler le souhait de rencontres malgré une diminution d'autonomie,  
favorise les contacts et brise **le plus bas sentiment**, «**la jalousie**».

**S**ituations toutes différentes, nulle n'est obstacle à des objectifs,  
si chacun veut méditer **la sagesse par excellence**, «**les superlatifs**».

**Superlatif** : Qui exprime la qualité portée au plus haut degré.

Qui a un caractère d'excellence.

Superlatif absolu, celui qui exprime la qualité avec rapport à autre chose, comme le plus sage  
(extrait du dictionnaire «Emile Littré»).



**En 1994,  
l'affiliation à la Ligue de la sclérose en plaques  
Communauté Française s'élèvera à 500 Frs.**

Depuis plusieurs années déjà, la Ligue de la sclérose en plaques Communauté Française a mis sur pied des services efficaces et spécifiques afin de répondre aux différentes demandes des personnes atteintes de sclérose en plaques ainsi que celles de leur entourage.

Ces services vous sont devenus familiers : Logement, La Clef, Vacances-loisirs, Informations-rencontres, Documentation, Législation, l'Emploi etc...).

La Ligue intervient aussi financièrement dans le surcoût engendré par la maladie, soit par des aides financières directes (cf feuillet bleu

Clef mars 1993), soit par une intervention financière provenant des comités, soit encore par des prêts sans intérêts ou des dons (aménagement du Logement).

La diversification et l'intensification de l'accompagnement de toute personne atteinte de sclérose en plaques et de sa famille, le professionnalisme de l'équipe sociale amène le Conseil d'Administration à augmenter l'affiliation en 1994.

Cependant, la Ligue (après enquête auprès de différentes associations) reste une des seules A.S.B.L. à proposer une affiliation si peu élevée.

**Pour rappel**

- **l'affiliation reste une démarche et un choix personnels d'adhésion;**
- **Elle donne accès à tous les services de la Ligue.**

**Données  
pratiques :  
comment s'affilier ? :**

**En décembre**, vous recevrez comme les années précédentes, un bulletin de virement dans La Clef que vous pourrez compléter vous-même.

Si le montant de l'affiliation est trop onéreux pour vous, n'hésitez pas à en parler à votre Service Social Provincial.

## Informations - Rencontres

**Rappel: Les demi-journées consacrées uniquement aux proches de personnes atteintes de S.P.**

auront lieu les:

**samedis 11 septembre et 23 octobre** dans les locaux de l'Université de la Paix (Bd du Nord, 4 à 5000 Namur), de 9h 15 à 12h 30 (la première a eu lieu le 12 juin)

On y abordera les thèmes de la vie de famille, les rôles et l'identité de chacun, l'organisation de la vie quotidienne (loisirs, amis etc...). Chacun pourra parler, partager et réfléchir sur tout ce qu'il vit au quotidien, avec une personne atteinte de S.P.

Pour tout renseignement complémentaire vous pouvez vous adresser à la permanence du Groupe Informations-rencontre (mardi de 9h à 12h au 041/44.22.62) ou au Siège Social et Administratif de la Ligue (mardi, vendredi de 9h à 16h au 081/21.27.66).

**Journée du 8 mai à Gembloux :**

**«Mieux se connaître pour mieux se soigner»**

Cette journée a réuni plus d'une centaine de personnes. Différentes médecines naturelles ont pu être présentées et analysées dans leur complémentarité, sans rejeter pour autant l'allopathie. Aucune ne prétendait guérir la S.P. mais plutôt apporter un mieux être dans les problèmes courants liés à celle-ci, tels que la fatigue, la dépression, les raideurs, la constipation etc...

Le Dr van Snick et son équipe ont animé cette journée en y mettant tout leur cœur: la passion de leur métier, leur professionnalisme, leur chaleur humaine et leur humour en ont impressionné plus d'un.

**Pour information :**

Un syllabus, reprenant l'ensemble de la journée sera réalisé dans quelques temps.

Nous vous tiendrons au courant dans le prochain journal «La Clef».

**Le groupe Informations-Rencontres**

## Projet Horizon

Voici maintenant plusieurs mois (février 1993), se terminaient «les cours» du projet Horizon. Je ne reviendrai pas sur le contenu de ce projet, Michel Guillaume l'a très bien résumé dans le journal «La Clef» N 37 mars 1993. Je voudrais tout de même m'associer à lui pour remercier toutes les personnes qui nous ont enseigné leur savoir, dans des matières qui nous semblaient, au premier abord, assez rébarbatives; mais tous ont su par leur tact et leur gentillesse nous intéresser à la dite matière.

Encore merci à toutes les personnes qui ont su éclairer, par leur seule présence, trois mois de notre vie.

Quelques mois après la fin de ce projet, je suis en mesure de pouvoir me rendre compte à quel

point ces cours ont été bénéfiques pour moi, d'une part par la matière reçue, d'autre part par les contacts que j'ai pu avoir avec les différentes personnes qui ont participé à ce projet, «élèves» et «Professeurs».

En m'inscrivant à ce projet, je ne savais pas très bien où cela allait me mener, je peux maintenant dire qu'il y a eu une suite à ce projet puisque depuis le mois de mars, je suis occupé au bureau de la Ligue Communauté Française A.S.B.L, Comité de Liège, comme bénévole, pour y effectuer du travail de bureau.

Encore merci à toutes les personnes qui ont eu l'audace de mettre ce projet en route.

**J.M. Gauthy**

## Mes vacances 1993 à Mariakerke

Je n'étais plus partie en vacances depuis 10 ans à cause de la S.P. mais je me suis rendue compte que je m'étais, moi-même infligée cette punition en n'osant pas sortir et m'amuser. En fait, j'avais du mal à m'imaginer qu'il y avait beaucoup de gens souhaitant vraiment aider les personnes éprouvant certaines difficultés dans leur vie quotidienne à pouvoir aller en vacances «comme tout le monde». Surtout ne faites pas de même car vous pourriez, vous aussi, vous rendre compte des choses agréables qui vous sont passées à côté.

Vous comprendrez donc que j'avais une certaine appréhension à passer une semaine en compagnie de 16 personnes que je ne connaissais absolument pas. Je savais que les gens de la Croix-Rouge et de l'Ordre de Malte venaient nous aider à faire tout ce dont on avait envie mais que nous ne pouvions réaliser seul.

En arrivant, j'ai constaté que beaucoup de personnes connaissaient déjà les lieux. Certaines s'étaient déjà rencontrées lors de séjours précédents; d'autres fréquentaient le même centre de rééducation.

J'avais un peu peur de me sentir seule mais j'ai été agréablement surprise de pouvoir converser avec elles après peu de temps, comme si je les connaissais depuis bien longtemps.

La plus grosse peur qui m'habitait depuis plusieurs semaines s'est donc évaporée en quelques minutes.

Il restait un problème présent tout au long du séjour: il n'y avait pas de toilette accessible, ni d'infirmière pour nous accompagner.

Heureusement, la Croix jaune et blanche a pu être contactée pour la toilette du matin et Mme Jansemme a bien voulu me mettre au lit, le soir.

Il n'y avait pas non plus de kinésithérapeute et certaines personnes l'ont fort ressenti tout au long du séjour.

Ces petits problèmes ne doivent absolument pas vous décourager car il y a toujours une solution même partielle.

Quel était le programme de la semaine?

- Le mardi 4 mai, nous avons fait une excursion nous conduisant à Knokke-Zoute où nous avons vu le Jardin des papillons et la Réserve naturelle du Zwin. Des personnes de la Croix-Rouge nous ont accompagnés dans ces visites qui ont été une révélation pour un grand nombre d'entre-nous.
- le jeudi 6, nous nous sommes rendus au marché à Ostende avec des bénévoles pour acheter certains souvenirs de cette semaine.
- le vendredi 7, une équipe de la R.T.B.F est venue nous filmer afin de montrer aux téléspectateurs qu'une personne en voiturette ne passait pas sa vie à l'hôpital et avait le droit, comme tout le monde, d'avoir des vacances. Elle a interviewé plusieurs personnes et montré toute l'ingéniosité de certains: en effet, Ch avait attaché la voiturette manuelle de R. à sa voiturette électrique afin de pouvoir se promener plus loin. Nous avons trouvé cette idée simplement géniale.

Les autres jours, nous pouvions faire ce que nous voulions: promenade sur la digue, achats etc...

Je ne pourrais pas terminer cet article sans remercier au nom de tous, Melle Van de Velde qui a organisé ce séjour, Mme Jansemme qui nous a beaucoup aidés (garde malade, excursion etc...), Louis qui s'est occupé presque à temps plein d'un handicapé et les 3 membres de la Croix-Rouge: Margueritte, Iréna et Wilfried presque toujours présents.

Est-il utile de vous dire que nous nous sommes dit «A l'année prochaine»?

P. Pineux

## Luxembourg:

La réunion de Signeulx, le 15 avril, a été une après-midi très sympathique comme d'habitude. Il y avait 22 patients avec leur famille, soit environ 60 à 70 personnes avec les dames de Vie Féminine qui nous invitaient. L'excellent goûter qu'elles avaient préparé a été animé par un hôte inattendu : l'automate - mime - violoniste Philippe Henri, originaire de Ethe, qui a bien divertì tout le monde.

Le 24 avril, le Kiwanis Centre - Ardenne a organisé à Libramont un concert au bénéfice de notre Comité, donné par l'orchestre Brass Band (autrement dit orchestre de cuivres) «L'Echo des Charmilles» de Xhoffraix, près de Malmédy. Le répertoire de jazz ou classique a été fort apprécié, quoique un peu bruyant pour les premiers rangs de la salle. Le clou en a été la Rhapsodie in Blue de G. Gerschwin magistralement interprétée par Marie Béatrice Nickers, accompagnée par les cuivres. Quelques affiliés et plusieurs membres de notre Comité assistaient à ce concert.

Le goûter de Roumont, annoncé pour le 22 mai, a été reporté au samedi 6 juin. Il aura eu lieu lorsque ces lignes paraîtront. La réunion de septembre a été fixée au samedi 18; cette année sans les Namurois qui ont d'autres projets. Nous nous retrouverons au Floréal Club à la Roche, où nous étions déjà allés en 1990 et où tous étaients satisfaits. Après un bon dîner, une animation sera prévue et la réunion se terminera par un goûter aux crêpes. Et, pour autant que le temps le permette, une jolie promenade est possible le long de l'Ourthe, par un chemin parfaitement accessible aux chaises roulantes.

Mais avant cela, il y aura eu, la semaine précédente, l'Opération Chococlef, pour laquelle nous ferons encore appel à toutes les bonnes volontés, y compris celles des affiliés S.P. et de leurs familles.

Ch de Briey

## Namur:

Une erreur de la poste, une lettre arrivée en retard... c'est avec regret que les quelques mots du Comité de Namur n'ont pu être insérés dans le journal «La Clef» du mois de mars. Je voulais vous dire, avant tout combien votre très nombreuse participation au «buffet de Noël» (nous étions plus de 110; record jamais atteint) nous avait fait plaisir et nous encourageait à continuer dans cette voie. Merci à tous les nouveaux et anciens amis qui ont répondu à notre invitation.

Vous avez, sans doute entendu dire que le Club des «Lion's de Haute Hesbaye» avait organisé, le dimanche 14 mars à Salzinnes, un swimmarathon au profit de la Ligue de Namur. Les quelques membres de la Ligue, qui ont eu l'occasion de venir encourager, par leur présence, les nageurs, ont pu admirer leur tenacité à l'effort et leur persévérance. En outre, régnait autour du bassin, dans les gradins et à la buvette une joie et une bonne humeur qui nous ont profondément touchés.

Notre excursion de juin, nous a emmené visiter une brasserie.

Nous voudrions faire de nombreux projets de rencontre pour cette année, en voici quelques-uns:

- visite par petits groupes de la parfumerie Guy Delforge;
- soirée récréative à la Maison de la Poésie de Namur;
- soirée musicale animée par Raymond Faux à Corroy le Grand, au mois d'octobre...

Donnez-nous vos avis ou suggestions, nous serions très heureux de les connaître.

Vous pouvez toujours me téléphoner (081/40.03.85), je serais ravie de recevoir vos idées et peut-être faire votre connaissance.

G. de Jamblinne



## Liège:

Suite au projet Horizon, Mr Gauthy a proposé sa collaboration au service de la Ligue.

Actuellement, Mr Gauthy travaille une matinée par semaine au bureau. Sa collaboration est efficace et précieuse pour le bon fonctionnement du Service Social.

Dans le souci de mieux répondre aux besoins des affiliés de notre province, nous aimerions élargir notre Comité à des personnes qui seraient intéressées par une participation active en faisant partie d'un groupe de travail: organisation de loisirs, des transports, visites, dépannages etc...

Pour tout renseignement, contactez le bureau.

Retenez la date du 28 juillet: un repas nous réunira tous. Les renseignements vous seront communiqués ultérieurement.

Mme du Fontbaré

## Hainaut:

### 1 - Rendez-vous à Thuillies des personnes atteintes de sclérose en plaques

Fondé par Mr Charniaux, il y a 23 ans, avec les moyens du bord, ici dans cette salle de fêtes de Thuillies, le premier goûter réunissait 12 personnes handicapées.

Ce samedi 24 avril, 95 personnes atteintes de S.P. ont rallié Thuillies avec leurs accompagnants ou aidants, soit plus de 240 personnes.

Ce goûter récréatif est offert gratuitement grâce aux personnes dévouées qui, de grand coeur, ont prêté leur concours.

Après la dégustation de tartes et café, les jeunes talents du cercle «Art et Charité» ont interprété une opérette très amusante «La fiancée de Josette» et le groupe musical a créé l'ambiance.

Cette année encore, chaque personne atteinte de S.P. présente a reçu un magnifique cadeau et un charmant fleuriste de la région a voulu offrir une rose à chacun.

Certains lots de la tombola sont offerts par des firmes et par des sympathisants, d'autres sont fabriqués artisanalement par des bénévoles et aussi par des personnes handicapées.

Cette rencontre a pour but principal de briser l'isolement, de créer des liens d'amitié et de favoriser de nouvelles rencontres et, si cet objectif est atteint, c'est grâce à tous ceux qui ont offert leur aide avec leur sourire.

Jusqu'à présent, ce goûter était financé par la vente des vieux papiers mais un problème crucial se pose pour les années à venir: cette récupération n'étant plus possible pour l'association, les papiers, déplorablement rempliront les poubelles et les décharges. Donc, il est urgent qu'une bonne solution soit mise en chantier pour le bien de tous et la continuation de ce goûter devenu légendaire.

Mr de Meulemeester

### 2 - Excursion de printemps du Comité de Charleroi

Le Comité de Charleroi avait choisi pour son excursion de printemps le parc et le musée de Mariemont.

Comme d'habitude, l'Ecole Clinique de Montignies sur Sambre avait mis son car gracieusement à sa disposition. Outre les sympathisants et bénévoles du Comité, l'excursion a réuni une dizaine de patients et autant d'accompagnants pour un après-midi qui a eu un caractère de délassement associé à un caractère culturel de haute qualité.

Le musée de Mariemont est, en effet, considéré comme le 2ème musée belge, après le musée du Cinquantenaire de Bruxelles pour les antiquités extrême-orientales et orientales.



Il présente également une exceptionnelle collection de porcelaines de Tournai et d'autres régions.

Le musée est parfaitement adapté pour des handicapés et le personnel est particulièrement accueillant.

Le parc du musée, qui couvre plusieurs hectares contient des espèces rares et un ensemble d'arbres séculaires d'une grande beauté. Il est situé sur le domaine occupé au 16ème siècle par le château de Marie de Hongrie, soeur de Charles Quint, malheureusement détruit au cours des guerres de jadis.

Cette excursion a eu une retombée inattendue : un patient qui ne connaissait pas la Ligue a rejoint notre groupe. Un goûter bien servi a terminé la visite qui avait été parfaitement préparée par le Dr Maton, du Comité de Charleroi et bien documentée par les Conservateurs.

### 3 - Les vacances en Vendée :

Les vacances du Hainaut en sont à leur 8ème édition. A l'heure où ces lignes paraissent, nos voyageurs viennent de rentrer. Le commentaire suivra dans le prochain bulletin.

Il y avait 22 patients de tous âges, dont 20 en voiturette.

Certains d'entre-eux sont fidèles depuis les premières vacances en Savoie de 1986, ce qui prouve bien que l'intérêt ne faiblit pas avec le temps. Le car (48 places) était complet et on aurait pu sans peine enregistrer des inscriptions supplémentaires si car et lieu de vacances l'avaient permis.

### 4 - Appel à toutes les bonnes volontés pour l'Opération « Chococlef 1993 »

Chers amis,

Vous savez tous que la vente de chocolats de septembre est essentielle pour la Ligue et en particulier pour la province du Hainaut. C'est elle qui nous permet d'avoir deux assistantes sociales et de financer les projets sociaux (92 bénéficiaires en 1992) et nos diverses activités.

Appel est donc fait aux patients et sympathisants sérieux et motivés qui désirent apporter leur aide.

Nous prendrons contact d'office avec les anciens vendeurs. Ceux-ci n'ont donc plus à se faire connaître; mais nous en cherchons de nouveaux.

N'y a-t-il pas dans votre localité un commerçant chez qui vous pourriez déposer une demi-boîte, une boîte ou plus même.

N'avez-vous pas des amis qui pourraient donner «un coup de main» ?

**Attention**, cette année, la vente se fera par sachets de 4 bâtons au prix de 150 Frs par sachet ce qui est toujours un prix très attrayant.

Les boîtes se présentent sous la forme suivante: 1 boîte = 30 sachets de 4 bâtons.

Elle vaut donc 30 X 150 Frs = 4500 Frs.

Vous pouvez payer lorsque vous avez vendu les chocolats.

Les candidats vendeurs peuvent se faire connaître aux numéros de téléphone suivants qui sont ceux de nos responsables régionaux.

- **Pour l'est du Hainaut** (Charleroi, Châtelet, Thuin, Fleurus et environs):  
J. Mayence - Mont sur Marchienne: 071/51.63.21  
R. Marneffe - Marcinelle: 071/36.78.32  
R. Demeulemeester - Thuillies: 071/53.31.40
- **Pour le centre** (Binche, La Louvière et environs):  
S. Deltante - St Vaast: 064/22.24.02 (le soir)
- **Pour Mons, Soignies, Braine le Comte, Borinage**:  
Y. Nalletemby - Ghlin: 065/35.51.29  
Mme Gelard - Casteau: 065/72.30.22
- **Pour Péruwez, Tournai, Mouscron et environs**:  
Mme Legrand - Orcq (Tournai): 069/22.86.16
- **Pour Chimay et le sud du Hainaut**:  
J Dercq - Chimay: 060/22.11.78

Nous remercions nos anciens vendeurs qui nous resteront fidèles.

Pour les nouveaux qui vont se faire connaître, les instructions seront données par les responsables en temps utile.

La vente a lieu à partir du début de septembre. Si vous avez des explications à demander, n'hésitez pas. Vous pouvez téléphoner aux numéros indiqués ci-dessus ou encore aux assistantes sociales (le jeudi matin).

D. Grisay. Tél: 071/36.62.73, Extension 492

J. Degreef. Tél: 065/84.02.68.

ou encore, tous les jours de la semaine à J. Mayence. Tél: 071/51.63.21.

Nous avons besoin de tous.

Merci.

J. Mayence.

## Brabant:

Nous nous portons bien. Les activités se suivent et ne se ressemblent pas. Le 5 mai, sortie à Huizingen, promenade dans le parc, sous le soleil...

A Braine l'Alleud, la piscine Neptune a organisé pour la Ligue S.P., un swimmarathon pour les écoles qui fréquentent la piscine. Chaque année, ces écoles font une compétition entre-elles pour le plaisir de la compétition.

Cette année, le directeur de la piscine a proposé de faire cette compétition au profit de la S.P..

En effet, il a été sensibilisé à ce problème parce qu'une personne atteinte de S.P. (Carine) y nage régulièrement.

Accompagnés d'une bénévole, d'une assistante sociale et d'une personne atteinte de S.P, durant une semaine, nous avons été présenter dans les écoles, la S.P. et la Ligue, au moyen de diapositives.

Les réactions et les questions des ces enfants de 10 à 12 ans étaient fort intéressantes.

## Des nouvelles du groupe «Espoir»

Le groupe «Espoir» continue sur sa lancée et réunit chaque mois ses adeptes.

Il a organisé un séjour à la mer durant les 4 jours de l'Ascension et le 7 juin a visité Dinant et son château sans oublier son restaurant...

Je tiens à vous dire combien un groupe est nécessaire et utile. Nous sommes solidaires les uns des autres et nous nous soutenons dans les moments difficiles.

Arlette Gébara Gelin

## Véronique

**Il y a quelques jours, la nouvelle est tombée,  
Et je dois l'avouer, elle m'a beaucoup peiné,  
De la Ligue au Brabant elle était sourire,  
Et dès ce mois de juin ne sera qu'un souvenir,  
Par un vent favorable ou délit d'initié,  
Je fus un des premiers à en être informé,  
Véronique nous quitte après mûre réflexion,  
Son choix fut difficile, c'est avec émotion,  
Que je voudrais me faire l'interprète en ces lignes,  
De tous ses affiliés pour qui elle fut un signe,  
Un rayon de soleil dans nos mornes journées,  
Beaucoup de bonne humeur, patience et amitié.**

**Elle quitte la Ligue sans nous quitter vraiment,  
Puisqu'elle va consacrer le plus clair de son temps,  
A aider ceux de nous qui, plus gravement atteints,  
Ont besoin de son aide, qu'elle leur prenne la main,  
Sa bonne humeur c'est sûr sera fort appréciée,  
Et seul au pied du mur, nul ne sera laissé,  
Je puis leur dire à tous qu'ils en ont de la chance,  
De pouvoir s'appuyer sur toute sa compétence,  
Mais pour moi désormais Véronique Picavet,  
Rimera tristement avec le mot regrets.**

M.G.

## Opération mondiale «les plus de Lacoste» au profit de la lutte contre la S.P.

A l'occasion du 60ème anniversaire de la Chemise Lacoste, la firme a décidé de mettre à la disposition de la Fédération Internationale des Associations pour la lutte contre la S.P., le réseau de vente Lacoste.

La marque a toujours aidé les jeunes et le sport et comme la S.P. touche plus particulièrement les 20 - 40 ans, elle tient à participer activement à l'oeuvre entreprise par la Fédération.

L'opération mondiale se déroulera de la façon suivante: pendant un an, un grand nombre de points de vente Lacoste, sélectionnés à travers le monde dont les 200 boutiques Lacoste et 1000 corners, mettront en vente un coffret contenant les «Plus Lacoste» au prix de 5.500 Frs. Au nombre de six, les «Plus Lacoste», représentent les principaux produits, la chemise, la raquette Equijet, la chaussure de toile, le flacon d'eau de toilette, la lunette solaire masque et un nouveau produit: la montre.

Chaque association, membre de l'I.F.M.S.S., prendra contact dans chaque pays avec le partenaire Lacoste afin de gérer en commun cette opération. Suite à celle-ci, **80 % du produit de la vente seront versés à l'Association du pays et 20 % à la Fédération Internationale.**

La France, l'Espagne, la Suisse et la Belgique sont les premiers pays où la promotion Lacoste aura lieu.

Bernard Lacoste, Président et fils de René Lacoste, le grand champion de tennis, s'exprime ainsi: «du fond du coeur, nous espérons que cette opération aura un succès comparable à celui rencontré par le crocodile à travers le monde».

Le coffret est disponible au secrétariat National de la Ligue de la S.P. (Tél: 02/736.16.38).

J.Hustin

## Une idée originale

La firme Esprit, spécialisée dans la vente et la confection de vêtements, a mené l'année dernière, une campagne auprès de sa clientèle, afin de savoir ce que chacun ferait s'il pouvait changer le monde!

En 1993, cette campagne se présentera différemment. Les responsables laisseront la parole à des personnes qui consacrent une partie de leur temps à aider autrui. Leurs témoignages seront suivis des coordonnées de l'association qu'elles représentent éventuellement.

C'est à ce titre qu'Esprit a contacté le secrétariat National de la Ligue.

Ces récits apparaîtront dans plusieurs magazines et journaux au mois d'août et septembre, notamment dans Feeling, Elga, Gaël, l'Express, Knack et De Standaard magazine.

La même campagne se déroulera dans différents pays européens.

Souhaitons que plusieurs récits témoignent de la S.P. afin que l'adresse de la Ligue apparaisse fréquemment dans les journaux.

J. Hustin

## La Plate-forme européenne:

Le congrès de la Plate-forme européenne a eu lieu les 18 et 19 juin à l'hôtel Sheraton Brussels Airport.

Les thèmes abordés ont été:

Vendredi 18 juin:

- élection des membres de la direction;
- Réhabilitation dans la S.P. (Pr Battaglia, Italie).
- Emploi et S.P. (Pr Marteau, France. (Dr Ketelaer Belgique)

Samedi 19 juin:

- Helios II;
- Effets psychologiques de la S.P (Dr van Walbeck, Pays-Bas);
- Grossesse et S.P.: étude approfondie (Dr Hutchinson);
- Discussion générale sur les futurs programmes et actions - réunion du comité de direction.

J. Hustin

Parmi les sports d'orientation, la course et la marche d'orientation commencent à être mieux connues.

L'A.D.E.P.S s'efforce d'ouvrir la piste d'orientation aux handicapés en favorisant la capacité de jugement et d'observation plutôt que la notion de vitesse.

La piste est un chemin ou un sentier praticable pour tous, avec aide si nécessaire, le long duquel des problèmes de lecture de carte sont posés.

La carte utilisée est la carte I.O.F (International Orienteering Federation) à l'échelle de 1/5.000; des circuits sont tracés en fonction du degré d'expérience.

Les circuits sont longs de 2 à 3 kms maximum. Ils sont jalonnés de points d'observation où des balises rouges-blanches ont été placées.

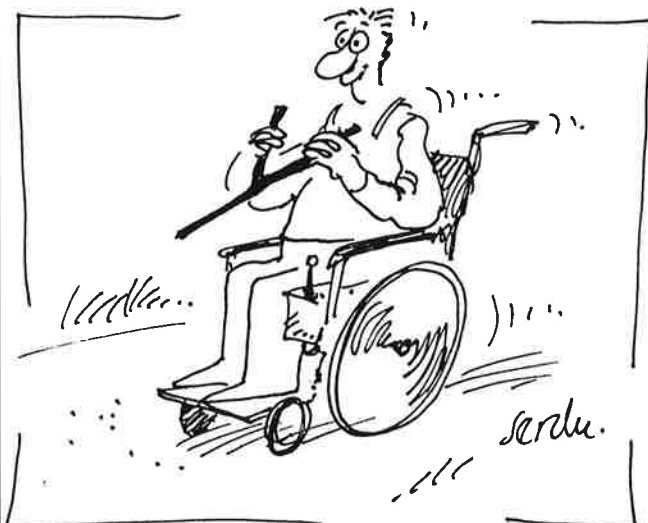
Les problèmes posés à ces points d'observation sont toujours des problèmes de choix multiples: quelle est la bonne balise, celle qui correspond au marquage de ma carte. Pour les novices, le choix est très simple et ne porte que sur deux objets. par exemple: la pierre ou le poteau?

Informations tirées de: LOISIRAMA N1 199.

### Expérience vécue: la journée du 9 mai à la Marlagne

Hello, fervent adepte de balades dans la Nature, j'ai participé à cette journée d'initiation à la Marlagne (à la sortie de Namur vers Dinant) et vous propose ce petit compte-rendu.

D'emblée, je puis vous rassurer quant à la totale accessibilité en voiturette, cela constituant le principal souci des organisateurs quel que soit le site.



Le parcours pour «novice» me fut proposé et je pris le départ à 10h 30 accompagné de 3 scouts qui assumèrent mes déplacements et suivirent mes directives quant à la direction à prendre.

Le contact est vraiment très chaleureux, l'exercice est captivant, l'environnement est superbe.

Je découvre de nombreuses fleurs sauvages dont l'aspérule odorante, j'observe deux orvets, un pouillot vélocé qui perché sur la cime d'un bouleau nous ravit de ses trilles.

En fin de parcours, je présente mes balises et découvre 7 bonnes réponses sur 8, c'est encourageant...

Le break de midi est pris rapidement car j'ai hâte de reprendre le départ pour l'épreuve de type A c'est-à-dire assez difficile (découvrir le même site par des sentiers différents et le double de balises. Quelques réminiscences de cartographie apprises chez les scouts m'ont bien aidé.

Oui, je suis impatient de recommencer et au plaisir de vous y rencontrer?

Le fureteur

A vendre **voiturette électronique Bec Sterling**.  
 Prix d'achat: 165.000 Frs, prix demandé:  
 80.000 Frs.

Très peu roulé, double emploi.  
 Mme Bande, au 02/511.60.44 à partir de 13h.  
 (absente en juillet).

A vendre **voiturette électrique Fortress Amigo**  
 avec chargeur batterie, porte béquille et panier.  
 Etat impeccable.

Prix: 20.000 Frs.  
 Tél: 065/82.43.29 (lundi, mardi, jeudi et ven-  
 dredi de 13h à 18h)

Le siège social et administratif de la Ligue  
 recherche **une radio** (capable de capter les  
 ondes FM!).

Qui pourrait lui en faire cadeau?  
 Tél: 081/21.27.66

A vendre **fauteuil électrique** plus accessoires.  
 Etat impeccable: 95.000 Frs.

Tél/Fax: 041/75.39.41.

A vendre **véhicule spécialement adapté au  
 transport d'un handicapé en chaise  
 roulante**

Datant de 1989, il a très peu roulé  
 (17.000 kms).

D'une valeur de 600.000 Frs, il est vendu au  
 prix de 275.000 Frs. D'une grande sécurité,  
 il peut donner la possibilité à une personne  
 handicapée de sortir.

Ce véhicule est visible au «Garage du Fief»  
 à la Bouverie.

Tél: 065/67.34.84 ou 065/67.66.88.

*Par sympathie  
 Uit sympathie*

# DE KEYN PAINT SADOLIN

DE KEYN PAINT S.A.  
 GROOT-BIJGAARDENSTRAAT 147  
 1601 RUISBROEK  
 TEL. (02) 371.15.11





Design: Luc STRUYF & Partners

# La marche vous est pénible ? Amigo vous offre la solution !

Vous êtes les bienvenus dans notre salle d'exposition. Nos collaborateurs spécialisés se feront un plaisir de vous conseiller sur notre programme considérable de fauteuils roulants manuels et électroniques et d'articles de soins.



**SHOP VELTEM**  
Kroonstraat 182  
3020 Veitem-Beisem  
Tel: 016/48.19.40  
Fax: 016/48.93.46

**LIEGE**  
Quai St-Léonard 9A  
4000 Liège  
Tel: 041/27.40.85  
Fax: 041/27.43.63

**CHARLEROI**  
Rue Charnoy 34  
6000 Charleroi  
Tel: 071/30.20.29  
Fax: 071/30.25.83

Envoyez-moi de l'information sur les produits AMIGO.  
Contactez-moi pour une visite d'un représentant.

Nom :  
Adresse :

Lieu :  
N° Tél. :  
Envoyer à : AMIGO • Kroonstraat 182 • 3020 Veitem-Beisem.

# BON

## FAUTEUILS ROULANTS

Qualité supérieure

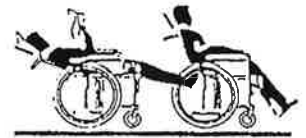
# MICHIELS



Model-Actif



Fauteuils-électroniques



Model-Comfort

Renseignements ou démonstration  
sur rendez-vous chez vous ou :  
**Zandstraat 1b**  
3390 TIELT - WINGE  
Tél. : 016/50 16 27

- ★ ORTOPEDIA
- ★ LIGTVOET
- ★ SPORTSTER
- ★ HORACEK
- ★ CARTERS

## Commande à distance



**la liberté  
sur  
commande**

Legrand innove, en lançant le système CAD. Grâce à l'infrarouge qui transmet un signal sans fil, et au courant porteur qui permet de relayer et transporter ce signal sur le secteur 230 V, la commande à distance libère de toute contrainte l'usage de l'installation électrique.

L'utilisateur va découvrir plus de liberté, plus de

confort et de bien-être. Que ce soit pour commander la chaîne hi-fi, l'éclairage, l'ouverture et fermeture des rideaux ou volets, etc...

Tout appareil électrique, au bureau, à l'atelier, au magasin, dans la maison, peut aujourd'hui être commandé à distance. Depuis n'importe quelle pièce. En toute liberté.

**CAD**  
**legrand®**

## Les relations affectives chez les handicapés

Le débat de l'Écran témoin du 26 avril avait pour thème «les relations affectives chez les handicapés», sujet délicat, voire même «scandaleux» que la R.T.B.F, c'est tout à son honneur, n'a pas hésité à traiter pendant une soirée.

Deux handicapés célibataires et quatre couples constituaient le plateau ce soir là. De nombreux thèmes ont été abordés sous la conduite de Christian Druite: le privilège d'avoir eu, pour les handicapés de naissance, une éducation au milieu des valides, la force que possèdent ceux-ci, confrontés de longue date aux frustrations et aux déceptions, la relation valide handicapé qui n'est pas seulement dans le sens du valide «donnant» au handicapé mais aussi du valide recevant du handicapé non seulement de la reconnaissance ou des leçons de «courage» mais aussi de l'amour à partager.

Les couples, issus d'horizons divers, ont conté les débuts de leur rencontre, les difficultés liées au handicap...

Un psychologue stigmatisait les attitudes des pouvoirs institutionnels, acceptant «intellectuellement» les relations intimes mais refusant d'installer le lit conjugal qui les autoriserait.

Quatre couples évoquant leurs difficultés, leurs joies, le bonheur de vivre ensemble mais aussi de nombreux appels téléphoniques évoquant la solitude, les «amis» qui s'en vont quand survient le handicap...

Bref de nombreux thèmes parfois approfondis, souvent effleurés dont chacun mériterait sans doute une journée de réflexion si on les relie à la sclérose en plaques par exemple.

La Ligue a entamé ce processus de réflexion en organisant, cette année, 3 demi-journées de réflexion réservées aux proches de personnes atteintes de sclérose en plaques.

**Enfin, le prochain numéro de la Clef aura pour thème essentiel: «Sclérose en plaques et vie de couple»**

# Ligue Belge de la Sclérose en Plaques Communauté Française

Association sans but lucratif

## SIÈGE SOCIAL:

Chaussée de Louvain, 367 - Bte 6 - 5004 Bouge  
Tél: 081/21.27.66 (le matin de 9h à 13h)

## ANTENNE BRUXELLOISE:

Avenue Plasky, 155 - 1040 Bruxelles  
Tél: 02/733.17.95 (mercredi - vendredi de 15h à 17h)

## PERMANENCES SOCIALES:

### BRABANT

Permanence: de 9h30 à 12h

- BRUXELLES: mercredi  
Avenue Plasky, 155 - 1040 Bruxelles - Tél: 02/735.86.21
- BRABANT WALLON: lundi et jeudi  
Rue Tienne à 2 Vallées, 10 - 1400 Nivelles - Tél: 067/84.12.32  
CCP 000-0666015-13

### HAINAUT

Permanence: jeudi de 9h à 12h:

- CHARLEROI:  
Direction Générale des Affaires Sociales  
Rue de la Bruyère, 233 - 6001 Marcinelle - Tél: 071/36.62.73 ext. 492
- MONS:  
Résidence des Tours, Bloc 4, Studio 2 - 7011 Ghlin - Tél: 065/84.02.48

### LIÈGE

Permanences: mardi, mercredi, jeudi de 9h à 12h  
Rue E. Marneffe 37 - 4020 Liège - Tél: 041/44.22.62  
CCP.000.0041473.54

### LUXEMBOURG

Permanence: mardi de 9h à 13h  
Rue des Raines, 2. 5580 Rochefort - Tél: 084/21.45.89  
CB: 267-0208969-50

### NAMUR

Permanences: lundi de 9h à 12h - jeudi de 13h30 à 16h30  
Chaussée de Louvain, 367 - Bte 6 - 5004 Bouge - Tél: 081/21.27.66  
CB: 250-0098441-71

## AFFILIATION ANNUELLE:

Donnant accès à tous les services de la Ligue S.P. Communauté Française y compris au périodique La Clef. 300 Fb. A verser au compte: 068-2033180-87. Nous remercions pour tout versement supérieur à ce montant. La Ligue de la S.P. Communauté Française ASBL est autorisée à délivrer une attestation fiscale pour tout don à partir de 1000 FB - (affiliation de 300 FB non comprise).

### Secrétariat National de la Ligue Belge (ASBL)

Avenue Plasky 173/B.11 - 1040 Bruxelles  
Tél: 02/736.16.38

### Centres spécialisés

Centre national de la Sclérose en Plaques  
Vanheylenstraat, 16, 1820 Melsbroek - Tél: 02/751.80.30  
Centre neurologique de Fraiture  
4557 Fraiture - Tél: 085/51.19.61 ou 62

## GROUPES DE TRAVAIL

### **Groupe Logement**

Permanence: mercredi de 13h à 17h  
Adresse: Chaussée de Louvain, 367 Bte 6 - 5004 Bouge  
Tél: 081/21.27.66

### **Groupe Législation**

Permanence: jeudi de 10h à 13h  
Adresse: Chaussée de Louvain, 367 Bte 6 - 5004 Bouge  
Tél: 081/21.27.66

### **Groupe Vacances**

Permanence: jeudi de 9h à 12h  
Adresse: Rue E. Marneffe 37 - 4020 Liège  
Tél: 041/44.22.62

### **Groupe Documentation**

Permanence: tous les matins de 9h30 à 12h  
Adresse: Av Plasky 155 - 1040 Bruxelles  
Tél: 02/733.17.95

### **Groupe La Clef**

Permanence: mardi, vendredi de 9h à 16h  
Adresse: Chaussée de Louvain 367 Bte 6 - 5004 Bouge  
Tél: 081/21.27.66

### **Groupe Informations-Rencontres**

Permanence: mardi de 9h à 12h  
Adresse: Rue E. Marneffe, 37 - 4020 Liège  
Tél: 041/44.22.62

### **Groupe Emploi**

Permanence: mardi de 9h à 12h  
Adresse: Rue E. Marneffe, 37 - 4020 Liège  
Tél: 041/44.22.62