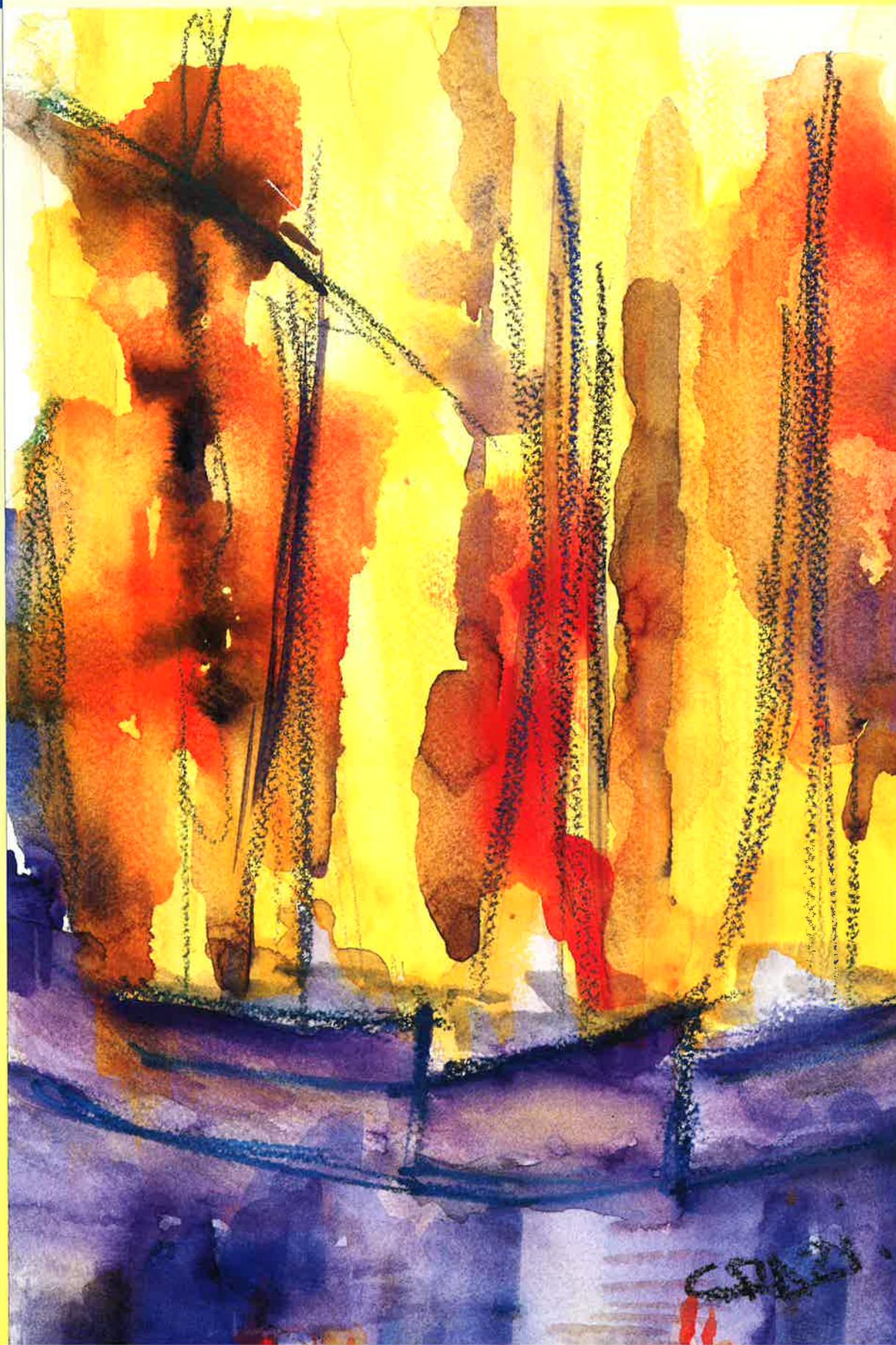


La Clef

N° 79 • PÉRIODIQUE TRIMESTRIEL • 2^E TRIMESTRE 2003

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

Editeur responsable:
P. Erneux
N° 64 Parc Industriel Sud
Rue des Linottes 6
5100 Naninne
Bureau de dépôt: Namur I



sommaire

Editorial

.....3

Le saviez-vous?

Chococlef : un succès et ... un défi !4
 La Ligue soutient la recherche5
 Mais que font les chercheurs ?5
 La Ligue en quelques chiffres6
 2003 vélos pour 2003 : invitation8
 Tourisme en Belgique8
 Vacances originales et adaptées8

Dossier: Mobilité: en avant!

Ce qu'il faut savoirI
 Le CARA (témoignage)III
 L'aptitude à la conduiteIII
 TémoignageV
 Plain-Pied, bureau d'étude
 en mobilité piétonne et accessibilitéV
 Bientôt 7 km sans obstacle dans Athus ! (témoignage) ..VII
 Mobilité des P.M.R. à Bruxelles ...
 Des progrès? Oui, mais que c'est lent!VII
 Ecoutez la mobilitéVIII
 Le Collectif Accessibilité (témoignage)IX
 Des transports adaptésIX
 Pour en savoir plusX

Législation

L'allocation d'aide aux personnes âgées (APA)10

Courrier des lecteurs / témoignages

Dites-moi, Docteur12
 Accessibilité des Jardins d'Annevoie13
 Dessinez, c'est gagné!14
 Lu sur le forum Internet14

Du nouveau au groupe Documentation

.....16

Petites annonces

.....18

Agenda

.....19

Les adresses de la Ligue

.....21

Humour, quand tu nous tiens ...

.....22

Solutions des mots croisés du numéro précédent

.....22

Rédactrice en chef: C. Dradin - 081/40 15 55
 Cellule de créativité: R. Beka, E. Craenhals, V. Debry, J. Degreef,
 C. Ghislain, H. Goethals, K. Lontie, A. Zahim
 Mise en page et maquette: C. Dradin - Imprimerie Nuance 4 s.a.
 Impression: Imprimerie Nuance 4 s.a. - 081/40 85 55

Merci à Serdu pour sa gracieuse collaboration.
 Illustration de couverture: d'après une aquarelle de Graziella Valastro.
 Les articles et les publicités paraissant dans cette revue n'engagent
 que leurs auteurs, et non la Ligue Belge de la Sclérose en Plaques -
 Communauté Française asbl.

Avec le soutien du Prix Willy et Marcy de Vooght A.S.B.L.

Le 6 septembre 2003...

Invitation

Informier

Créer

Rencontrer

Partager

Echanger

Se détendre

Fêter

Exposer

Vendre

Journée des groupes | d'entraide de rencontre de créativité

Vous souhaitez rencontrer d'autres personnes vivant les mêmes réalités que vous ?

Briser votre isolement, avoir des loisirs, créer, apprendre ?

Vous faites déjà partie d'un ou de plusieurs groupes d'entraide ou de créativité et désirez partager votre expérience, partir à la rencontre d'autres groupes ?

Vous aimeriez créer votre propre groupe, vous avez des idées, des projets ?

Programme de la journée

09h30	Accueil
09h45	Exposé par Mme Maité FREROTTE "Le mouvement self-help ou l'émergence d'une nouvelle forme de solidarité"
10h30	Pause
11h00	Montage audiovisuel: "A la rencontre des différents groupes de la Ligue" Bout de chemin en compagnie des "Mousquetaires" - Témoignages
12h30	Repas Buffet de desserts réalisés par les différents groupes

14h00	Stands - Echanges d'idées, de projets... Rencontres Exposition et vente des réalisations des membres du groupe
16h00	Fin des festivités

Animations musicales :

- **Matin:** musique slave "Milan & Rudy"
- **Après-midi:** **Mississippi Jazz Band**, chorale "La Caroline" accompagnée de M. Libotte et Mme Pilliez (solistes), musique slave "Milan & Rudy"

Pour tout renseignement concernant les transports, contactez le service social de votre province.

Journée d'informations et d'échanges

SEP et fonctions cognitives

Vivre les difficultés au quotidien

Samedi 11 octobre 2003
au Centre de Rencontre



"Petit à petit, la SEP a commencé à grignoter ici et là: la fatigue, les petits oublis, la lenteur... certains inconvénients survenaient, surtout lorsque je voulais aller plus loin, plus longtemps: la fatigue, la confusion, l'indécision, l'impatience et parfois les sautes d'humeur."

"J'ai des difficultés à m'exprimer, surtout le soir et me concentrer pour lire, suivre une conversation soutenue ou regarder la télévision devient également très fastidieux."

Tout le monde peut rencontrer des problèmes de mémoire, d'attention ou des difficultés à trouver des mots.

Retrouvez ces invitations et inscrivez-vous aux activités sur www.ms-sep.be,
à la rubrique "Agenda".

Programme de la journée

9h45	Accueil des participants
10h00 - 10h45	Impacts des déficits cognitifs sur la communication M. GANTY G., logopède
10h45 - 11h15	Concentration, mémoire et sclérose en plaques Melle CLOSSET A., neuropsychologue
11h30 - 12h30	SEP et troubles cognitifs: statistiques et approche thérapeutiques M. BARTHOLOME E., neurologue
12h30 - 13h30	Repas
13h30 - 14h00	SEP, troubles cognitifs et émotions Mme LIKAJ V., psychologue
14h00 - 16h00	Ateliers (choisissez un atelier) <ol style="list-style-type: none">1. Mémoire Comment faire face aux problèmes de concentration et de mémoire? Les aides au quotidien. Animé par un neuropsychologue.2. Communication et langage Remédier aux difficultés à s'exprimer et à communiquer, c'est possible. Quelques pistes... Animé par un logopède.3. Emotions Les troubles émotionnels et le vécu liés aux pertes cognitives sont des réalités difficiles à reconnaître et à exprimer. La personne atteinte de SEP, ses proches, se sentent alors incompris et rencontrent l'isolement. Animé par une psychologue.

Formulaire d'inscription - à renvoyer pour le 29 août 2003 à la LBSP-CF, rue des Linottes 6 à 5100 NANINNE

Nom et prénom:

rue et n°: CP et localité:

Téléphone: J'utilise une voiturette: OUI - NON

Je participerai aux activités suivantes:

Journée "SEP et fonctions cognitives" du 11-10-03

Je serai accompagné(e) de personne(s).

Participation aux frais:

- Exposés et atelier: 5 euros / pers. (gratuit pour un accompagnant / affilié)
- Repas sandwichs: 5 euros / pers.

Je verse la somme de euros au compte n° 250-0138300-63 de la Ligue en mentionnant en communication " Journée info-rencontres du 11-10-2003" pour le 29-09-03 au plus tard.

Choix des ateliers: 1 - 2 - 3 (merci d'entourer votre choix)

Ateliers créatifs du 2^e semestre 2003

• Au Centre de Rencontre de Naninne

Terre: Mme Erpicum
le mardi de 9h30 à 12h30

septembre: 16 et 23
octobre: 7 et 28
novembre: 4 et 18

Aquarelle 2: Mme Destreel
le mardi de 10h00 à 12h00

septembre: 16 et 23
octobre: 7 et 28
novembre: 4 et 18

Bijoux: Mme Erpicum
le mardi de 13h30 à 16h30

septembre: 16 et 23
octobre: 7 et 28
novembre: 4 et 18

Aquarelle 1: Mme Steinier
le jeudi de 14h00 à 16h00

septembre: 18 novembre: 6 et 20
octobre: 2 et 23 décembre: 4

Peinture sur soie: Mme Van Nuffel
le jeudi de 10h00 à 12h00

septembre: 18 novembre: 6 et 20
octobre: 2 et 23 décembre: 4

Nouveau !

Peinture à l'huile: M. Parfondry - Defosset
le mercredi de 14h00 à 16h30

septembre: 17 et 24
octobre: 1, 8, 15, 22 et 29
novembre: 5, 12, 19 et 26

• En province de Liège

Chaque lundi (14h - 17h) - Centre culturel de Dison - M. FELTEN, 087/35.35.87

Chaque vendredi (14h - 17h) - Ligue de la SEP de Liège - Mme DUJARDIN, 04/252.72.01
Poterie, peinture sur soie, etc.

• En province du Hainaut *Groupe d'entraide "Les Mousquetaires"*

Informatique - Sophrologie - Art floral - Chorale - Cinéma

Contacts: Mme GRISAY, jeudi de 9h à 12h, 071/20.21.75 ou Mme MARCHAL, 071/47.11.32



Journée des groupes d'entraide, de rencontre et de créativité du 06-09-03

Je serai accompagné(e) de personne(s).

Participation aux frais:

• Exposé: 5 euros/pers. (gratuit pour un accompagnant / affilié)

• Repas: 5 euros/pers.

Je verse la somme de euros au compte n° 250-0138300-63 de la Ligue en mentionnant en communication "Journée groupes entraide du 06-09-03" pour le 10 août 2003 au plus tard.

Je participe aux ateliers créatifs suivants:

Terre

Aquarelle 1

Aquarelle 2

Bijoux

Peinture sur soie

Peinture à l'huile

L'inscription se paie à la première séance et se prend par cycle complet à l'exception de l'atelier peinture à l'huile où elle est fonction du nombre de séances suivies.

Le montant de l'inscription est de 2,5 euros / séance quel que soit l'atelier choisi.

éditorial

Lors de l'Assemblée générale de notre association, le 14 avril dernier, Etienne Bodart a annoncé qu'il quittait la présidence de la Ligue. Le Conseil d'Administration a confié ce poste important à Pierre Erneux. Laissons-le se présenter ...

Originaire de Verviers, j'habite à Fauvillers, entre Bastogne et Martelange, depuis 1969, date de ma nomination comme notaire.

Époux d'une première échevine, avec un fils et un gendre notaires, une fille commerçante et une belle-fille magistrat stagiaire, j'ai six petits-enfants.

Administrateur de la Ligue - Communauté Française et Président du Comité du Luxembourg depuis une douzaine d'années, je souhaite poursuivre toutes les actions en cours mais aussi consolider les structures mises en place durant toutes ces années et limiter, autant que possible, les réglementations nouvelles de manière à ce que l'aide aux affiliés reste un objectif essentiel de notre association.

Je voudrais enfin qu'une équipe soit mise en place peu à peu pour diviser le travail du président afin d'améliorer l'efficacité du service rendu. Pierre Beaussart a déjà accepté les fonctions de Vice -Président. Je l'en remercie. D'autres administrateurs seront sollicités au fil des mois.

Je vous remercie également pour votre confiance et compte sur vous.

Pierre Erneux
Président



SCHERING
making medicine work

**Ensemble
pour mieux
vivre la SEP
au quotidien.**

N.V. Schering S.A.
J.E. Mommaertslaan, 14
1831 Diegem
Tél. 02/712 85 00
Fax: 02/720 72 89
E-mail: www.schering.be

U1409-B-02.03

Chococlef : un succès et ... un défi !

En 2002, l'opération Chococlef a de nouveau été un succès. Dans toute la Wallonie et à Bruxelles, de nombreux bénévoles ont vendu des paquets de 4 bâtons de délicieux chocolat Galler au public :

Brabant wallon	33.717 paquets
Bruxelles	43.706 paquets
Hainaut	62.250 paquets
Liège	74.477 paquets
Luxembourg	32.380 paquets
Namur	43.314 paquets
Total	289.844 paquets = 1.159.376 bâtons !

Née en 1985 de l'imagination d'un bénévole, Jean Moureau, l'opération Chococlef est **indispensable au maintien des services** proposés par la Ligue. Elle couvre la moitié des dépenses de l'A.S.B.L.

Son succès résulte de plusieurs éléments :

- > Les frais sont réduits au minimum car l'opération est **entièrement organisée et menée par des bénévoles**, dont certains sont eux-mêmes atteints de SEP.
- > Le chocolat artisanal belge, d'excellente renommée, est vendu à un prix similaire à celui pratiqué habituellement dans le commerce : 4 € pour 4 bâtons Galler.
- > **La confiance et la fidélité du public sont méritées**, puisque la Ligue bénéficie de l'exonération fiscale, qu'elle adhère au Code pour l'Éthique dans les Récoltes de Fonds, et qu'elle soumet sa comptabilité à un commissaire-reviseur d'entreprises indépendant.

Malgré ces atouts, depuis quelques années, le nombre de bâtons vendus reste stable, alors que les **besoins continuent de s'accroître** : l'accompagnement social s'intensifie, de nouveaux services sont créés, et le nombre d'affiliés augmente régulièrement ...

Pour continuer sa mission, la Ligue relève le défi: vendre plus de chocolat! Aidez-la en vendant vous-même du chocolat ou en demandant à d'autres de le faire avec ou pour vous.

Défi 2003: Vendre 1.200.000 bâtons!

La vente peut se dérouler :

- > dans la famille, sur le lieu de travail, auprès des amis et des voisins, au club sportif, au cours...
- > chez votre kiné, boulanger, pharmacien, banquier, ...
- > à la sortie d'un grand magasin, sur un marché, après la messe, ...

La 18^e opération Chococlef débutera le 11 septembre. **Vous aussi, participez** à son succès en contactant dès aujourd'hui le responsable pour votre région :

- > Brabant wallon : M. van de Werve (010/84 48 94)
- > Bruxelles : M. Verbruggen (02/731 16 05)
- > Hainaut : M. Petit (060/45 62 50)
- > Liège : M. Mazy (04/365 53 63)
- > Luxembourg : M. Billion (061/27 85 29)
- > Namur : Mme de Jamblinne (081/40 03 85)

D'avance, merci de votre participation active!

Ascenseur d'escalier Thyssen De Reus

- Partout en Belgique!
- Esthétique et discret!
- Fabrication Thyssen!



Information :

0800-94 366

GRATUIT

Centres régionaux :
 ☎ 02 217 37 84 - 061 32 15 45
 065 31 57 06 - 04 231 18 03

Délai à partir de 1 semaine

Thyssen De Reus
 Kaleweg, 20 - 9030 Gent - Fax: 09 216 65 75
 info@thyssendereus.be



I N F O

Oui, envoyez-moi GRATUITEMENT votre documentation

Nom + adresse : _____

La Ligue soutient la recherche

On se souvient que la Ligue avait alloué en 2001 des subsides importants à l'Université de Liège pour effectuer des travaux de recherche. Deux subsides distincts avaient été attribués: le premier (19.831,48 euros) pour une recherche clinique effectuée par le docteur Dominique Dive et le second (89.241,67 euros) pour une recherche fondamentale réalisée dans le laboratoire du docteur Bernard Rogister.

Le premier subside a permis au Dr Dive d'effectuer chez une série de malades atteints de SEP des examens approfondis en utilisant une approche multiparamétrique. Cette approche combine l'examen clinique à l'électro-physiologie et à l'examen par imagerie médicale, non seulement de façon plus approfondie que lors d'examens de routine, mais aussi de façon répétée, au cas par cas. Cette répétition des examens permet de mieux cerner et de mieux comprendre l'évolution spontanée de la maladie et son évolution sous traitement.

Le Dr Dive a l'intention de rassembler les résultats complets de son étude d'ici fin 2003 dans un document scientifique destiné à être publié. Nous veillerons à ce que les lecteurs de La Clef soient informés de ces résultats.

Le second subside a permis au Dr Rogister et à son équipe d'effectuer un ensemble de travaux fondamentaux sur les oligodendrocytes et leurs précurseurs. Il s'agit de cellules qui, dans le système nerveux central, sont responsables de la formation de la gaine de myéline qui entoure et protège les filets nerveux.

Grâce au subside de la Ligue, les chercheurs liégeois ont avancé dans la compréhension des mécanismes qui sont à la base du bon fonctionnement et surtout du renouvellement de ces cellules. Le subside a permis à ces chercheurs d'orienter leur recherche dans des directions prometteuses.

Les résultats complets de ces travaux sont attendus pour le début 2004 et nous espérons bien pouvoir en donner à cette époque une description détaillée dans notre revue.

A suivre ...

Dr J.-P. Rihoux

Mais que font les chercheurs ?

On entend souvent dire, lors de réunions consacrées à la SEP, que cette maladie n'intéresse guère la société et les pouvoirs publics, et que trop peu d'argent est affecté à la recherche fondamentale qui la concerne. De nombreux affiliés ont cette impression que la SEP est une maladie orpheline qui intéresse fort peu la communauté scientifique et ils ont aussi l'impression que les progrès de la science relatifs au traitement de la maladie ne sont ni majeurs ni rapides.

La réalité est très différente. La SEP mobilise de nombreux chercheurs à travers le monde. Cette mobilisation ne se limite d'ailleurs pas à la SEP, mais elle concerne aussi le système immunitaire en général et toutes les affections auto-immunitaires. L'intérêt du monde scientifique pour tout ce qui regarde les dysfonctionnements du système immunitaire est aujourd'hui considérable.

Savez-vous que la Société Nationale Américaine pour la SEP consacre cette année 30 millions de dollars pour la réalisation d'environ 300 expérimentations effectuées par des scientifiques de haut niveau? Et ceci ne représente sans doute qu'une toute petite partie (une goutte d'eau) de tout ce qui est dépensé à travers le monde par toutes les ligues, les universités, les fondations, les pouvoirs publics et les firmes pharmaceutiques.

Une très importante recherche s'est mise en route dans ce domaine compliqué et difficile des maladies auto-immunitaires, et on peut certainement se défaire de cette idée assez répandue selon laquelle la SEP est une maladie orpheline qui n'intéresse personne. Bien sûr, on pourrait faire davantage et on pourrait progresser un peu plus vite, mais l'heure est plutôt à l'optimisme.

Dr J.-P. Rihoux



Echos de l'Assemblée générale

Le 14 avril 2003 a eu lieu au Centre de Rencontre l'Assemblée générale de la Ligue - Communauté Française : c'est toujours un moment important!

Au-delà de l'aspect obligatoire et incontournable de cette réunion, l'Assemblée générale est l'occasion de faire le point sur l'année écoulée, de marquer un temps de réflexion, de s'informer au niveau des activités et de l'aspect financier, et de se projeter dans l'avenir, tant au niveau des activités que des finances.

Cette Assemblée générale restera particulière, marquée par le changement de présidence: la fin du mandat de M. Bodart et la nomination de M. Erneux par le Conseil d'Administration.

Le rapport d'activités détaillé (84 pages) est disponible auprès du secrétariat, mais voici, dès à présent, quelques points à retenir de cette rencontre.

Combien d'affiliés compte la Ligue?

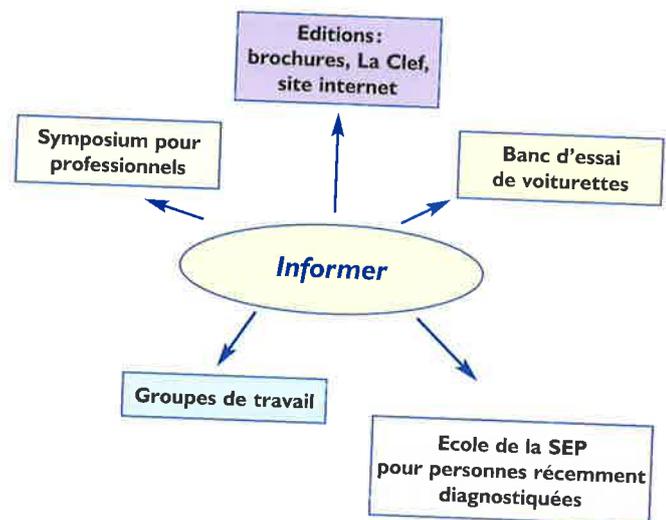
	2000	2001	2002
Brabant wallon	132	146	156
Bruxelles	276	301	314
Hainaut	503	547	570
Liège	397	428	449
Luxembourg	151	155	161
Namur	263	266	272
TOTAL C.F.	1.722	1.843	1.922

Nous remarquons une augmentation du nombre d'affiliés atteints de SEP (+ 4,3% en 2002). En 2002, on a enregistré 151 personnes nouvellement affiliées (qui se sont affiliées pour la première fois).

Quels moments forts en 2002?

Au fil des ans, la Ligue poursuit les mêmes objectifs. Impossible de citer les nombreuses activités réalisées en 2002 par les comités, les groupes d'entraide, les groupes de travail et l'équipe du Centre de Rencontre ! Quelques-unes ont été présentées lors de l'Assemblée générale ...

L'information



La rencontre

Des affiliés présents ont apporté leurs témoignages à l'Assemblée générale sur les ateliers créatifs, les vacances à la mer, les vacances du Hainaut et une excursion du Comité de Bruxelles à Paris. La fête du 20^e anniversaire au Centre de Rencontre n'a pas été oubliée.

L'accompagnement

Pour mieux répondre aux besoins des personnes et de leurs familles, le conseil d'administration avait décidé en 2001 de créer une A.S.B.L. distincte: le Service d'accompagnement des personnes atteintes de SEP. Chaque A.S.B.L. a sa comptabilité propre.

Une partie du personnel de la Ligue a été transférée dans cette nouvelle A.S.B.L.

Fin 2002, les deux A.S.B.L. employaient ensemble du personnel pour l'équivalent de 21,33 temps pleins (contre 14,05 seulement en 1997).



Les interventions financières

La Ligue octroie des aides de 4 types :

- > interventions financières directes,
- > interventions des comités,
- > interventions du groupe Logement,
- > interventions du Fonds de Solidarité.

En 2002, elle a accordé aux affiliés :

- > des dons pour 288.658€
(contre 260.958€ en 2001),
- > des prêts sans intérêts pour 247.915€
(contre 307.982€ en 2001).

La défense

La Ligue défend les intérêts des personnes atteintes de SEP :

- > par ses interventions dans des dossiers concrets (cartes de stationnement, remboursements INAMI, ...);
- > par ses contacts suivis avec différentes instances (Service d'Aide aux Familles à Bruxelles, AWIPH, ...).

Le soutien à la recherche

En 2002, 15.325 € ont été attribués à des travaux scientifiques sur la SEP.

Financièrement, comment vit la Ligue?

La situation financière de la Ligue a bien entendu été présentée à l'Assemblée générale, qui a approuvé les comptes 2002 et le budget 2003 proposés par le Conseil d'Administration.

Le compte de résultats et le bilan 2002 sont disponibles auprès du secrétariat.

Contrairement aux années précédentes, 2002 s'est achevée sur un résultat négatif de 39.312 € : la Ligue a dépensé plus (charges) qu'elle n'a récolté de fonds (produits). Elle a donc puisé dans ses réserves.

Charges	1.909.562
Produits	1.870.250
Résultat 2002	-39.312

Les ressources financières (produits) de la Ligue proviennent essentiellement de la générosité du public. L'opération Chococlef couvre chaque année la moitié des dépenses (Cf. page 4). Des sympathisants soutiennent la Ligue par leurs dons (236.752€ en 2002) et par des legs (46.255€). Enfin, la Ligue Nationale Belge de la SEP apporte une aide financière (18.876€). Les montants provenant des legs et de la Ligue Nationale varient fortement d'une année à l'autre.

Côté pouvoirs publics, la Ligue bénéficie de subsides à l'emploi et de certaines subventions (communes, provinces, ...).

Et l'avenir?

L'Assemblée générale est bien sûr l'occasion de dresser un bilan de l'année écoulée, mais c'est aussi le moment d'ouvrir les portes de l'avenir, tant au niveau des projets d'activités que des budgets qui s'y rapportent.

En 2003, la Ligue s'efforcera de ne pas accroître ses dépenses tout en augmentant ses recettes. Elle maintiendra ses activités en vue de poursuivre les 6 objectifs ci-dessus.

2003 vélos pour 2003: invitation

Le 4 octobre 2003, Freddy Blondiaux et son épouse Josette Dropsy (affiliée à la Ligue) organisent une des plus grandes concentrations cyclistes .

Départ de Hanzinelle - Arrivée à Rochefort vélodrome.

- 1^{er} départ 12h45: une «familiale» (Audax) - ± 22 km/h
- 2^e départ 14h20: une «cyclo» - ± 30 km/h
- 3^e départ 14h45: une «sportive» - ± 40 km/h

Tous les bénéfices seront versés intégralement pour la recherche et les œuvres sociales du Comité de Namur.

Spectacle à Rochefort: mega feu d'artifice (firme Sinomax) à 19h30.

Spectacle à Hanzinelle (entrée à partir de 21h - sous chapiteau sonorisé): Jeff Bodard - William Duncker - orchestre Allis (rock).

Pour tous renseignements :

J. Dropsy - F. Blondiaux 071/68 74 74 ou 0497/23 58 36
e-mail : blondiaux.f@belgacom.net

Tourisme en Belgique

Avis à tous les affiliés, les groupes d'entraide et les comités de la Ligue ...

«Tourisme en Belgique pour personnes à mobilité réduite» est un livre présentant 500 curiosités et 30 cartes routières. Testé sur le terrain, il comporte toutes les informations pratiques sur l'accessibilité et les aménagements spéciaux.

Le groupe Documentation peut vous procurer ce livre très bien fait avec une ristourne de 10 % qui nous est offerte par l'éditeur. Riche de 312 pages, il vous est proposé au prix de 22,94 € (au lieu de 24,95 €) + frais d'envoi.

Si ce livre vous intéresse, commandez-le au groupe Documentation (voir permanence en fin de revue) avant le 31 juillet 2003. Vous le recevrez en août.

Bonnes vacances!

HENDRIKS

van HENDRIKS nv/sa



OPTIMAAL REISCOMFORT
& AANGEPAST VERVOER
voor gehandicapten en rolstoelgebruikers

CONFORT OPTIMAL EN VOYAGES
& MOYENS DE TRANSPORT ADAPTE
aux personnes handicapées se déplaçant en chaises roulantes



1200 Middelburg	3900 Overpelt	9034 Gist	2600 Antwerpen
1200 Zeebeekweg	44 Leopoldlaan	104-600 Bospoortweg	77 Blydenstein
Tel./Tél. 02 752 91 00	Tel./Tél. 011 80 94 93	Tel./Tél. 03 716 80 26	Tel./Tél. 03 286 41 20
Fax 02 752 91 00	Fax 011 64 99 72	Fax 03 216 30 21	Fax 03 286 41 21

E-mail info.middelburg@hendriks.be E-mail info@overpelt.be E-mail info.gist@hendriks.be E-mail info.antwerpen@hendriks.be

Vacances originales et adaptées

- La Fondation Cédric met en location un motorhome pour 3 personnes adapté pour un «chaisard» (commandes aux volants, sanitaires et kitchenette). Prix: entre 250 et 500€/semaine (réduction possible si difficultés financières importantes).
Infos: 02/387 23 85
- L'A.S.B.L. Handi-Rando promeut l'accès à la nature pour les moins valides. Elle organise des sorties «nature» avec guide, des pistes d'orientation, des randonnées en joëlettes (fauteuil roulant à une roue tiré par des accompagnateurs). Ces activités se font en une ou plusieurs journées, en Belgique et à l'étranger.
Infos: 02/460 68 26 - www.handi-rando.com

Ce qu'il faut savoir

Depuis quelques décennies, nous nous déplaçons de plus en plus fréquemment et plus facilement. Nous voyageons plus aussi. Ce sera à pied, à vélo, avec les transports en commun, souvent en voiture ou parfois en avion ... C'est peut-être vrai pour la majorité d'entre nous, mais pour certaines personnes à mobilité réduite, cela s'avère parfois plus problématique!

Dès qu'on franchit le seuil de sa porte, on devient **usager de la route**, que ce soit à pied, à vélo, en voiture, en voiturette. Nous sommes alors tous soumis aux prescriptions du code de la route. Nous n'en sommes pas toujours conscients, tant pour les risques que nous courons, que pour ceux que nous faisons courir aux autres.

Quels sont ces risques? Comment tenter de s'en prémunir?

■ Piéton

Même à ce titre, nous sommes soumis à certaines règles du code de la route.

Usager faible

Le code de la route considère comme un usager faible celui qui ne conduit pas avec un véhicule à moteur. Appartiennent donc à cette catégorie: le piéton, le cycliste, le passager de tout véhicule, mais aussi le conducteur d'une voiturette manuelle et même celui d'une voiturette à moteur. (Loi du 13/4/95, modifiant l'article 29bis de la loi du 30/3/94)

Dès qu'un conducteur de véhicule à moteur (voiture, cyclomoteur, ...) occasionne des blessures à un usager faible, son assurance de responsabilité civile devra indemniser ce dernier pour les dommages corporels ainsi causés (sauf en cas de faute intentionnelle dans le chef de l'usager faible).

Assurance

Pourquoi ne pas souscrire un contrat «assurance familiale» avec protection juridique? De la sorte, en cas de problème sérieux, l'assureur s'occupera de défendre vos intérêts. Cette suggestion vaut autant pour une personne moins valide que pour une autre. Nous courons tous les mêmes risques!

■ En voiture

Depuis 1998: «Tout conducteur doit être en état de conduire, présenter les qualités physiques requises et posséder les connaissances et l'habileté nécessaires. Il doit constamment être en mesure d'effectuer les manœuvres qui lui incombent et doit avoir constamment le contrôle du véhicule ou des animaux qu'il conduit.»

Les candidats à l'obtention d'un nouveau permis de conduire sont sensibilisés au respect de cette disposition légale, dans la mesure où ils doivent signer une déclaration relative à ce sujet. Par contre, les anciens conducteurs peuvent y être moins sensibilisés puisqu'ils n'ont pas été spécialement interpellés à ce propos. Or, nul n'est censé ignorer la loi ...

Si la SEP est susceptible d'entraîner une diminution des capacités fonctionnelles, il serait cependant erroné de croire que la personne qui présente certains troubles locomoteurs sera automatiquement déclarée inapte à la conduite d'un véhicule.

Le médecin traitant est, au premier degré, la personne susceptible d'apprécier cette capacité après consultation éventuelle d'un médecin spécialiste. En cas de doute, il existe un organisme indépendant des autorités, qui vient en aide aux personnes ayant des problèmes avec l'aptitude à conduire un véhicule automobile. Il s'agit du CARA (Cf. article «L'aptitude à la conduite», p. III).

Assurance

Si vous avez des problèmes locomoteurs au volant d'une voiture, que ce soit à la souscription ou en cours d'un contrat d'assurance, vous devez en aviser votre compagnie.

Toute «réticence» ou «fausse déclaration» risque d'entraîner de sérieuses difficultés avec votre assureur, voire même la nullité ou la déchéance de garantie.



■ En voiturette

Piéton?

Les personnes se déplaçant en voiturette sont considérées comme piétons si elles conduisent un véhicule mû par elles-mêmes ou équipé d'un moteur ne permettant pas de circuler à une vitesse supérieure à l'allure du pas. Elles doivent donc se comporter comme piétons (voir ci-dessus).

Toutefois, si elles circulent sur la voie carrossable, elles sont considérées comme des conducteurs d'un véhicule automoteur. Toutes les dispositions du code de la route sont alors applicables, tant pour le comportement (respect de la signalisation) que pour les accessoires dont le véhicule doit être muni (feux, catadioptres, ...).

Assurance

(Loi du 21/11/89 art. 1 & 2 §1)

Les conducteurs de voiturettes à moteur (même électrique) circulant sur la voie publique (donc aussi sur le trottoir) doivent avoir souscrit un contrat d'assurance R.C. (responsabilité civile véhicules automoteurs).

Le contrat R.C. familiale ne peut en aucun cas suffire pour garantir le véhicule automoteur.

■ En voyage

Assurance rapatriement

En général, les compagnies d'assurance pratiquant la branche excluent de leur garantie les personnes atteintes d'une maladie préexistante à la conclusion du contrat (dont la SEP).

Il faut donc être extrêmement vigilant lorsqu'on part en voyage, même lorsque l'agence propose le contrat d'assurance incluant le rapatriement. Par prudence, consultez votre courtier, agent ou intermédiaire d'assurance. Si, selon eux, il n'y a pas de problème, demandez une confirmation écrite.

N'oubliez pas non plus d'interroger votre mutuelle. Certaines, dans le cadre de leur assurance complémentaire, prévoient une assistance voyage. Demandez les conditions de couverture.

La majorité des mutualités ont un accord avec Eurocross: chrétiennes, socialistes, libérales, neutres, ... (mais pas les affiliés au CAAMI et le personnel des chemins de fer).

La garantie n'est accordée que pour les voyages d'agrément et pour une durée limitée. Il y a aussi des restrictions pour les voyages en dehors de la Communauté européenne. Si vous prévoyez que votre état de santé nécessitera des soins à l'étranger (dialyse, oxygénothérapie, ...), il suffit de contacter Eurocross avant votre départ. Ce partenaire se chargera de tout.

Dans ce contexte, la SEP ne posera donc pas de problème pour la personne concernée.

Remboursement des soins

Pour les soins médicaux urgents à l'étranger (visite chez le médecin ou le dentiste, achat de médicaments, ...), le remboursement sera toujours celui prévu par la loi. L'intervention personnelle sera également remboursée, avec une certaine franchise par dossier.

En cas d'hospitalisation d'urgence, tout est pris en charge la mutualité, sauf les suppléments pour chambre particulière.

Ce qui précède ne vaut que pour les soins et le rapatriement de la personne atteinte d'une maladie préexistante (et non pour sa voiture, sa voiturette, ses bagages, les membres de sa famille). La couverture pour soins sur place et rapatriement offerte par certaines mutuelles ne suffit donc pas toujours pour parer à tous les problèmes. La mutuelle et un courtier ou autre intermédiaire compétent chercheront avec vous la meilleure solution..

Voiturettes électriques et transport en avion

Les voiturettes électriques sont munies de batteries qui, généralement, contiennent un acide liquide susceptible de couler en haute altitude. Il est interdit d'embarquer à bord de telles batteries.

Les batteries dites «sèches» sont par contre admises. Le vendeur de la voiturette pourra vous délivrer une attestation ad hoc que vous devrez pouvoir exhiber lors de l'enregistrement de votre voiturette comme bagage.

Bonne route! Bon voyage!

Le groupe Législation

N.B. : La Ligue est actuellement en négociation avec des compagnies privées afin d'examiner la possibilité d'obtenir une couverture pour les personnes atteintes de SEP. La condition préalable serait de remplir un questionnaire médical détaillé. Nous vous documenterons bientôt à ce sujet.

Le CARA

«CARA»: un nom qui nous met mal à l'aise, nous inquiète, voire nous terrorise. On se sent tout petit ou dépourvu de courage quand on reçoit une première convocation pour passer un contrôle obligatoire dont on ne connaît rien.

Mais quelle surprise! Le CARA est un centre administratif **humain** et accessible. J'y ai rencontré un ergothérapeute plein d'humour et nous avons beaucoup blagué entre les tests neurologiques et de conduite. C'était facile et sympathique.

Cerise sur le gâteau, la rapidité du courrier : quelques jours après ma visite, je recevais une lettre me signalant les divers aménagements à apporter à mon véhicule.

Bref, un test simple et efficace pour récupérer pleinement sa mobilité et son autonomie.

Frédérique Demanet

L'aptitude à la conduite

L'aptitude à la conduite

Assurance rapatriement

L'aptitude à la conduite définit les conditions nécessaires à la conduite d'un véhicule en toute sécurité.

Tout détenteur d'un permis de conduire dont l'état physique et psychique ne correspond pas aux normes médicales minimales doit se rendre auprès d'un médecin de son choix pour évaluer son aptitude à la conduite.

Ce médecin examine le candidat et vérifie les résultats des examens et de la «déclaration personnelle» par rapport aux normes médicales minimales. A la suite de cet examen, le médecin peut conclure que :

- les plaintes ou affections ne sont pas de nature à influencer l'aptitude médicale à la conduite et les capacités pratiques de la conduite ;
- le candidat, conformément aux dispositions des critères médicaux, doit être adressé à un spécialiste pour des examens spécifiques complémentaires ;
- le candidat présente un trouble fonctionnel et doit être adressé au CARA.

Le candidat qui sollicite un permis du groupe 2 devra s'adresser soit à un médecin du travail, soit au Service de Santé administratif.

Si le candidat du groupe 1 ne doit pas être adressé au CARA, le médecin consulté en premier, généraliste ou spécialiste, se pose en tant que médecin concluant et adresse, si nécessaire, le candidat au(x) médecin(s) spécialiste(s) comme défini dans les critères médicaux relatifs au permis de conduire, afin de collecter les avis d'aptitude respectifs. Sur base des différents rapports et constatations personnelles, le médecin concluant délivre l'attestation d'aptitude à la conduite, modèle VII (attestation d'aptitude à la conduite pour le candidat au permis de conduire du groupe 1).

Le candidat qui souffre d'une affection ophtalmologique doit se rendre auprès d'un ophtalmologue qui délivre une attestation d'aptitude à la conduite, modèle VIII.

L'attestation d'aptitude à la conduite déclare le candidat :

- inapte à la conduite,
- apte à la conduite sans adaptations, conditions ou restrictions,
- apte à la conduite sous certaines conditions et/ou restrictions.

La durée de validité du permis de conduire peut être limitée en fonction du caractère évolutif de certaines affections. La durée de validité maximale est renseignée dans les critères médicaux relatifs au permis de conduire. Cette durée de validité renseignée sur le modèle VII par le médecin concluant ou sur le modèle XII par le médecin du CARA, sera égale ou inférieure à la plus petite durée de validité proposée par un des médecins spécialistes consultés.

Conformément à l'article 46 de l'A.R. du 23/3/98 relatif au permis de conduire, le médecin a le devoir d'informer son patient que son état physique ou psychique ne correspond pas (plus) aux normes médicales définies dans l'annexe 6 définissant les critères médicaux. Le titulaire d'un permis de conduire belge doit présenter son permis à l'autorité qui l'a délivré, soit pour élargement, soit pour retrait, s'il est atteint d'un des défauts physiques ou affections déterminés dans les critères médicaux.

Cette formalité doit être accomplie dans un délai de quatre jours suivant la date à laquelle le titulaire a connaissance du défaut ou de l'affection.

Il pourra récupérer un permis sur présentation d'une attestation médicale établie par le médecin concluant ou par le médecin du CARA selon les démarches décrites plus haut.

Ce n'est qu'à nouveau en possession d'un permis de conduire en bonne et due forme et en cours de validité que la reprise d'un véhicule peut se réaliser et que l'assurance reprendra cours. Il est bien entendu qu'il faudra tenir compte des catégories, ainsi que des conditions et restrictions mentionnées sur le permis.

Le médecin doit également tenir compte de l'art. 8.3 lorsque son patient conduit d'autres véhicules pour lesquels le permis n'est pas requis ou lorsqu'il conduit des animaux.

L'art. 8.3 de la loi relative à la police de la circulation routière précise que :

« Tout conducteur doit être en état de conduire, présenter les qualités physiques requises et posséder les connaissances et l'habileté nécessaires.

Il doit être constamment en mesure d'effectuer toutes les manœuvres qui lui incombent et doit avoir constamment le contrôle du véhicule ou des animaux qu'il conduit. »

■ Présentation du CARA

Le CARA, Centre pour l'évaluation de l'Aptitude (Rijgeschiktheid) à la conduite et Adaptation des véhicules, est un département de l'A.S.B.L. Institut Belge pour la Sécurité Routière (I.B.S.R.).

Conformément à l'Arrêté Royal du 23/3/98 relatif au permis de conduire et à l'Arrêté Ministériel du 27/3/98, le CARA est le seul organisme habilité à évaluer l'aptitude à la conduite, à déterminer les adaptations, conditions et/ou restrictions pour le candidat au permis de conduire du groupe I.

Une évaluation de l'aptitude à la conduite réalisée au CARA se fait sur base d'un examen multidisciplinaire. Les informations provenant du candidat (déclaration personnelle), l'information médicale et les avis fournis par le(s) médecin(s) traitant(s) sont d'abord recueillis. Les

constatations des médecins du CARA, les examens psychotechniques et, si nécessaire, un examen neuropsychologique viennent compléter ces informations. Un test pratique d'évaluation clôture toujours l'ensemble. Si nécessaire, ce test se fait à bord d'un véhicule d'écologie adapté.

Le CARA dispose de plusieurs véhicules d'écologie adaptés. Ceux-ci sont utilisés non seulement pour l'évaluation de l'aptitude à la conduite, mais peuvent aussi être mis gratuitement à la disposition du candidat, via une auto-école reconnue, pour l'apprentissage et l'examen pratique, ou simplement pour la familiarisation à une adaptation.

Le CARA peut également vous conseiller en matière de transformation d'un véhicule à moteur en fonction de problèmes spécifiques tels que: prendre place dans le véhicule (transferts), embarquer le fauteuil roulant, transporter des personnes véhiculées en fauteuil roulant ou en buggy, ... Ces avis sont rendus non seulement à la demande de l'intéressé, mais aussi à la demande de l'AWIPH ou de ses homologues bruxellois, flamand ou germanophone, des compagnies d'assurances, du Fonds des Accidents du Travail, de l'Institut National des Invalides de Guerre, entre autres.

Un contact téléphonique ou un courrier suffisent pour introduire une demande d'évaluation de l'aptitude à la conduite ou pour solliciter un avis concernant la transformation d'un véhicule à moteur. L'évaluation de l'aptitude à la conduite aura lieu, en fonction de la problématique, soit au siège central à Bruxelles, soit dans un des lieux de rendez-vous en province.

Les évaluations de l'aptitude à la conduite et les avis concernant la transformation d'un véhicule sont gratuits.

Toutes les données médicales et personnelles rassemblées par le CARA sont considérées comme secret médical.

Luc De Schryver

CARA

Chaussée de Haecht 1405 à 1130 Bruxelles
Tél. 02/ 244 15 52 - Internet : www.ibsr.be

Témoignage

J'ai la SEP depuis 1985 et je ne conduis plus depuis 1992. A l'époque, je me déplaçais avec deux cannes. Mon côté droit commençait à faire défaut (problème de sensibilité et de dextérité) et conduire devenait peu à peu dangereux. J'ai dû m'habituer à l'idée de ne plus pouvoir conduire ma voiture et mon épouse a passé son permis.

Entre 1992 et 1994, je suis toujours accompagné pour mes sorties à l'hôpital ou dans les grandes surfaces (lieux où je flânais volontiers). Cela se passe relativement bien malgré l'utilisation d'une voiturette, car j'effectue mes transferts sans trop de difficultés.

Mais depuis, ma maladie a évolué et aujourd'hui, je ne sais plus du tout « participer » aux transferts.

Je suis désormais totalement dépendant de mon épouse pour monter et descendre de la voiture; mes rares sorties (uniquement d'ordre médical) se passent dans des conditions plutôt précaires.

Au mieux, mon épouse me dépose sur le siège passager après m'avoir pris à bras. Septante-cinq kilos à porter quatre fois pour chaque sortie, je vous laisse imaginer le tableau ...

Au pire (et cela est déjà arrivé plus d'une fois), elle me laisse tomber durant le transfert et je suis allongé sur le trottoir, ce qui l'oblige à aller chercher notre soulève-personne dans la maison.

Mon épouse et moi appréhendons plus que tout ces sorties. Nous vivons des moments difficiles quand le transfert ne se passe pas bien: je me sens honteux et coupable, tandis qu'elle s'en veut de m'avoir laissé tomber.

Nous savons que la solution serait de disposer d'un véhicule adapté, mais notre situation financière ne nous le permet pas et le seul service de transport pour personnes à mobilité réduite qui dessert notre localité (Beaumont) ne dispose pas d'un véhicule avec élévateur.

Pourvu que cela change au plus vite! En attendant, je m'évade via l'informatique.

Propos recueillis auprès de Claude par J. Degreef

Plain-Pied, bureau d'étude en mobilité piétonne et accessibilité

Notre approche

- > repérage et diagnostic des situations existantes;
- > mise en évidence des points à améliorer: accessibilité nulle, incomplète ou inadéquate;
- > travail de terrain;
- > tests en situation réelle ou sur maquette, avec des utilisateurs à mobilité réduite;
- > contacts et collaborations avec toutes les personnes concernées (collectifs, associations, fournisseurs de matériel, etc.).

Notre « fil rouge »

Ce qui profite aux P.M.R. profite à tous!

Quelques exemples de nos services

- > analyse de permis d'urbanisme sur base de la législation en vigueur;
- > analyse de plans (architecture et voirie);
- > élaboration de cahiers des charges spécifiques à l'accessibilité;
- > étude de cheminements piétons, de traversées, de places, ...;
- > participation aux plans communaux de mobilité;
- > SEAD : service d'étude et d'adaptation du domicile;
- > solutions techniques suite à un diagnostic;
- > accompagnement et conseils pour la conception de nouveaux produits;
- > contrat d'entretien de l'accessibilité;
- > formations techniques pour les professionnels.

C'est dans le cadre du **Service Pédibus** (service de conseil en cheminement piéton mis en place en collaboration avec le Gamah), que Plain-Pied développe une série de formations, de recherches et d'études axées sur la mobilité piétonne.

Il ne suffit pas de sensibiliser les pouvoirs publics, encore faut-il que les matériaux adéquats existent, que leur mise en œuvre soit respectueuse des normes, que du mobilier urbain accessible soit disponible sur le marché, que la cohérence (continuité du cheminement, par exemple) soit intégrée à toutes les démarches ...

Tous ces paramètres débouchent sur des réalisations concrètes.

Nous sommes intervenus sur différents chantiers :

- > la SNCB a inauguré la **gare de Namur**, première gare wallonne accessible;
- > en collaboration avec la SRWT, les trottoirs et traversées d'un **grand axe piétonnier liégeois** ont été adaptés par le placement de dalles de guidage, d'inflexions de bordures parfaites et de filets d'eau plats;
- > en 2003, les **lignes de bus 17 et 18 de Liège** seront enfin accessibles aux personnes aveugles et aux chaisards;
- > après 2 années d'études, les travaux sur la **ligne 5 à Namur** débiteront prochainement.

N'oublions pas qu'un moteur essentiel de notre travail et des moyens accordés pour l'amélioration de la mobilité est la prise de position du citoyen en faveur de l'accessibilité. C'est donc vous qui influencez le changement en utilisant les équipements adaptés ou en réagissant à l'absence de ces équipements.

*Xavier Anciaux et Guy Lacroix,
administrateurs du bureau Plain-Pied*



Deux marches pour les piétons et une difficulté pour la personne en chaise.



Vous aussi, améliorez la mobilité !

Sur l'initiative de la Région wallonne, le GAMAH (Groupe d'Action pour une Meilleure Accessibilité aux personnes Handicapées) et Plain-Pied (bureau d'études spécialisé en accessibilité et en mobilité des piétons) proposent une formation gratuite.

Il est temps de vous inscrire ... ou de faire passer cette info au responsable de votre commune !!!

Pour qui? Bourgmestres, conseillers en mobilité, responsables de la voirie, piétons et personnes à mobilité réduite qui désirent mieux comprendre la mobilité des piétons et des personnes à mobilité réduite.

Quand? Mercredi 10/9/03 de 9h à 13h30 ou jeudi 13/11/03 de 13h à 16h30.

Où? CAMET - D.311-D.312,
bld du Nord 8 à 5000 Namur

Comment s'inscrire? 5 jours avant la formation auprès du GAMAH (tél. : 04/252 18 14, e-mail: gamah-liege.asbl@skynet.be)

Bientôt 7 kilomètres sans obstacle dans Athus !

Jean-Michel Berns a la SEP depuis 11 ans et se déplace à l'extérieur en scooter. Les obstacles à la mobilité, il connaît. Il n'a plus l'usage de ses jambes, mais ce n'est pas pour cela qu'il va aussi laisser tomber les bras!

Il anime dans sa région un groupe de personnes handicapées dont certaines sont atteintes de SEP. Son amicale est déjà une mini Europe puisqu'elle regroupe des personnes des Trois Frontières (Belgique, France, Luxembourg).

C'est dans ce cadre qu'il a été contacté par le bourgmestre pour être membre effectif à la Commission de la mobilité dans la commune d'Aubange/Athus (qui compte environ 350 P.M.R.*).

Cette commission s'est réunie 1 fois par mois pendant toute une année et Jean-Michel y a été très positivement secondé par une autre personne handicapée, Didier. L'un et l'autre ont été très actifs tout au long de l'étude sur l'accessibilité et la mobilité dans la commune, ce qui leur a valu les remerciements de tous les membres de la commission.

Après un état des lieux sur le terrain et après avoir relevé les obstacles et entraves aux déplacements des voiturettes, un projet de 7 km de parcours aménagé pour le passage des voiturettes a vu le jour avec l'aide de l'A.S.B.L. Pedibus. Le projet a été accepté et les travaux ont débuté. Quand tout sera terminé, la plus grande partie d'Athus sera mise en zone 30 pour faciliter le déplacement des P.M.R. De plus, cette réalisation permettra de rejoindre les RAVEL luxembourgeois et français.

Comme dit Jean-Michel : « Les démarches ont parfois été laborieuses, mais je voudrais encourager toutes les P.M.R. à faire entendre la voix du « maillon faible ». Il est important que les responsables politiques, quel que soit le niveau où ils se situent, comprennent les difficultés que nous rencontrons. Nous devons profiter de l'évolution des mentalités, car il y a quelques années encore, notre voix n'aurait pu être entendue. J'ai le sentiment que si nous y mettons suffisamment d'énergie, maintenant notre avis est pris en compte! »

Eve Craenhals

* P.M.R. : personne(s) à mobilité réduite

Mobilité des P.M.R. à Bruxelles ... Des progrès ? Oui, mais que c'est lent !

Historique

Début 1998, des associations représentatives des différents types de handicap (dont la Ligue) se sont réunies sous le nom de Collectif pour le déplacement des personnes à mobilité réduite à Bruxelles. Elles voulaient lancer un dialogue avec les pouvoirs publics et les sociétés de transport. Dans un premier temps, le but était d'obtenir, pour le futur R.E.R., une accessibilité adéquate pour les personnes handicapées. (Les P.M.R. représentent 30% de la population)

Un an plus tard, le domaine d'étude s'est étendu à l'amélioration de tous les moyens de transports publics et à l'analyse de tous les problèmes d'accessibilité afin de planifier les moyens permettant aux P.M.R. d'utiliser, comme tout citoyen valide, les transports publics en région de Bruxelles-Capitale.

Quelques temps forts

Avril 1999 : Communication au Ministre Hasquin (en charge des transports) d'un avis synthétisant les priorités du Collectif pour les différents moyens de transport : bus, tram, métro, taxi, minibus, train et R.E.R.

1999/2000 : Livraison des premiers bus à plancher bas (pré-)équipés de rampes rétractables pour permettre l'accès des voyageurs en fauteuil roulant.

Septembre 2000 : Intégration de représentants des P.M.R. dans les travaux de spécifications des nouvelles voitures du R.E.R.

Juillet 2001 : Participation des P.M.R. à une table ronde organisée par la Ministre Durant en préparation au contrat de gestion entre l'état belge et la S.N.C.B.

Septembre 2001 : Manifestation du Collectif sur l'échec de l'accessibilité des transports publics à Bruxelles.

Octobre 2001 : A la demande de la STIB, étude de l'accessibilité des futurs bus et trams.

Mars 2002 : Inauguration des deux premiers ascenseurs (Station métro Maelbeek) permettant l'accès au quai à toutes les P.M.R.

Mai 2002: 5 premiers taxis mixtes capables de transporter individuellement des personnes en voiturette.

Février 2003: La STIB indique que le chapitre P.M.R. fera partie du contrat de gestion 2002-2005.

Mars 2002: Inauguration des deux premiers ascenseurs (Station métro Maelbeek) permettant l'accès au quai à toutes les P.M.R.

▮ Quels sont les projets en cours?

Poursuite du programme de la STIB pour étendre le nombre des stations de métro accessibles: Gare centrale, Arts-Loi, De Brouckère, nouvelles stations vers Erasme.

Aménagement d'une première ligne de bus (71) totalement accessible et étude pour que d'autres arrêts soient aménagés pour rendre d'autres lignes accessibles.

Projet d'un Guide des transports publics accessibles aux P.M.R. en région bruxelloise.

▮ Les échecs constatés

Les nouveaux bus à plancher bas livrés en 1999 devaient tous pouvoir être équipés des rampes rétractables permettant l'accès à toute P.M.R., y compris au voyageur en voiturette. Les premiers essais encourageants furent arrêtés pour incompatibilités entre les mécanismes installés sur certains modèles de bus et les casse-vitesse généralement déployés dans les voiries communales. Le blocage est complet depuis 2001: le constructeur des bus ne veut pas installer un autre mécanisme (utilisé pourtant sur les véhicules de même marque par les TEC wallons) et les édiles communaux ne veulent pas rendre immédiatement conformes certains casse-vitesse. Voilà un moyen de transport largement répandu qui reste inutilisable pour les P.M.R.

L'utilisation des minibus reste insatisfaisante: délai de réservation trop important, durée anormale de certains trajets due au ramassage d'autres voyageurs, manque de souplesse, absence de solutions durant les fins de semaines, etc. Cependant, cette formule peu coûteuse du point de vue du voyageur doit être maintenue.

Les trams actuels sont et resteront inaccessibles!

▮ Les espoirs

La communication entre les représentants des P.M.R., l'administration et les sociétés de transport est bonne et les progrès sont notables.

Il reste à obtenir que les représentants des différentes familles de handicaps soient systématiquement consultés avant l'émission des cahiers des charges vers les constructeurs de bus, trams, rames de métro, voitures du R.E.R.

Les P.M.R. demandent et espèrent une extension de l'offre des transports publics utilisables.

Des études pour envisager des synergies possibles entre la STIB -minibus et les sociétés de taxis vont bien dans le sens espéré.

Daniel Peltzer, Administrateur délégué de l'A.B.P. (Association Belge des Paralysés)



Écoutez la mobilité

La RTBF radio diffuse une rubrique de quelques minutes consacrée aux P.M.R. et aux usagers faibles dans son émission «Mobile», sur La Première, entre 16h et 17h. Elle est animée par l'A.S.B.L. Pedibus.

Le Collectif Accessibilité

Le collectif regroupe 14 associations qui ont comme but commun de promouvoir l'accessibilité et la mobilité des lieux publics et privés, ainsi que l'aménagement du territoire sur la ville de Namur.

Actions

Nous avons contesté l'aménagement du bas de la ville de Namur. En effet, les pavés sont dangereux par leurs inégalités et la place d'Armes, par sa structure en bois, ne présente pas une bonne visibilité des abords, ce qui constitue un risque de chute des personnes qui n'ont pas une bonne vue. Tout ce que nous avons tenté pour changer quelque chose n'a abouti à rien de concluant, la ville campant sur sa position de ne rien modifier pour le moment.

En 1998-1999, nous avons comme thème les déplacements des personnes à mobilité réduite. Nous avons entrepris le travail pour l'aménagement des lignes de bus afin de les rendre accessibles aux personnes à mobilité réduite. Les TEC nous ont demandé de réaliser un projet d'aménagement sur une de leurs lignes. Nous avons choisi la ligne 5 car elle traverse la ville et présente un intérêt certain. Ce travail a été effectué par Plain-Pied. Nous avons remis ce projet aux TEC, qui ont décidé, suite à notre action, d'acheter 5 bus à plancher bas avec lame rétractable. La ville a trouvé les fonds pour réaliser l'aménagement des arrêts de bus afin de les rendre accessibles.

Nous avons également travaillé sur le projet du boulevard du Nord où tout a été fait pour une meilleure mobilité.

Dans le cadre de la semaine de la mobilité, nous avons mis la pression pour l'aménagement de la gare et nous avons rempli des fiches d'accessibilité pour la place de la Station. Le projet de la place de la Station, avec la collaboration de l'ingénieur du MET, a été finalisé.

Nous avons également travaillé sur le quartier des Célestines du bas de la ville (place l'Illon, rue des Tanneurs, rue du Lombard), mais là rien ne semble bouger pour le moment.

Les travaux qui sont entrepris rue de Fer et rue de l'Ange tiendront compte d'aménagements pour les personnes à mobilité réduite.

Emile Rooman
affilié et membre du Collectif

Des transports adaptés

Renseignez-vous sur les tarifs et les services proposés et réservez votre transport le plus tôt possible.

Des bénévoles effectuent certains transports avec leur voiture. Informez-vous auprès de votre **mutuelle** ou du **Télé Service** de votre région. Le **Bus 105** des TEC (minibus avec élévateur) dessert certaines communes de Wallonie: téléphoner au 105.

Brabant wallon

Chic Service (bénévole + voiture individuelle): 071/51 50 70
Gimido: 0476/95 41 93
Taxis Hendrickx: 02/752 98 00

Bruxelles

Minibus (STIB): 02/515 23 65
Gimido: 0476/95 41 93
Home service: 02/527 16 72
Taxis Hendrickx: 02/752 98 00
Transport social: 02/544 12 44
Taxis adaptés (Taxis verts): 02/349 45 45

Hainaut

C.C.I.P.H. (Grand Mouscron): 056/86 02 09
Taxi Mol-Tournai: 069/22 48 17
Âge d'Or Service Mons: 065/39 32 66
Âge d'Or Service Froidchappelle: 0800/95 105
Taxis Hendrickx (au départ de Baudour): 02/752 98 00
Handicap & Mobilité: 081/21 21 01
Chic Service (bénévole + voiture individuelle): 071/51 50 70
ou 071/36 62 41
Talis (Morlanwelz): 064/43 17 17 ou 064/43 17 33
SES - Mutualité chrétienne: 071/33 22 25

Liège

Bon Pied Bon Œil: 019/51 32 70
Télé Service (1 car adapté): 04/342 03 47
Jean-Luc Car (1 car adapté): 04/341 31 01
Télé Entraide Herve: 087/67 45 94
Centrale de Mobilité de la Basse Meuse
(Oupeye, Bassenge, Visé): 078/15 46 00
Les Primevères (1 car adapté): 087/32 90 90
Wir Fur Euch (rég. german., 1 car adapté): 087/55 46 15

Luxembourg

Balade (Virton): 063/57 01 37
Âge d'Or Service (centre): 0800/95 105
Handicap & Mobilité (sud-ouest): 082/22 68 68
Forum pour la Mobilité (nord): 086/21 85 58
Médic Assistance (Vielsam): 080/21 50 16

Namur

Handicap & Mobilité (Dinant - Philippeville): 082/22 68 68
Handicap & Mobilité: 081/21 21 01

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 €) couvrant le prix de l'article (0,05 €/page) ou de la brochure et les frais d'envoi.

Loisirs

Guide du voyageur à mobilité réduite (S.N.C.B.)

S.N.C.B. - 2002

Les avantages tarifaires, les services d'accueil dans les gares et sur les trains, la liste des gares avec facilités, les formulaires de demande de cartes (accompagnateur gratuit, priorité pour l'occupation d'une place assise) et de réduction sur les transports en commun. Disponible gratuitement dans les gares.

Brochure – 94 pages (gratuit) N° 8003

Vie sociale – Législation

Législation de la mobilité

Par groupe Législation de la Ligue Belge SEP Communauté Française - 2003

Dossier comprenant : exonération de taxes sur les véhicules automobiles (N° 5027) ; assurance RC obligatoire pour voiturette à moteur (N° 5056) ; permis de conduire et SEP : aptitude du conducteur et adaptation du véhicule, rôle du médecin (N° 5057).

Dossier – 6 pages (1 €) N° 5095

Vie sociale - Témoignage

Billet de (mauvaise) humeur

Par Henri Goethals dans La Clef - Ligue Belge SEP Communauté Française - 1995

Billet d'humeur d'un utilisateur forcé de voiturette sur la voie publique.

Article – 1 page N° 5063

Vie sociale

En fauteuil roulant dans le trafic

Institut belge pour la sécurité routière - par C. Van Den Meersschaut - 1997

Petit code de la route de l'utilisateur de fauteuil roulant. Où rouler, comment traverser, feux et catadioptres, assurances. Possibilités d'utilisation des transports en commun et adresses utiles. Tout ce qu'il faut savoir pour se déplacer en sécurité en voiturette sur la voie publique.

Brochure – 8 pages (gratuit) N° 5021

Hygiène

Voiturette - mode d'emploi

Dans La Clef - Ligue Belge SEP Communauté Française - 1996

Extraits de La Clef : la réglementation pour circuler sur la voie publique en voiturette ; comment vous comporter en présence d'une personne valide (BD humoristique) ; mode d'emploi pas sérieux (témoignage) ; conseils pour les aidants accompagnant un moins valide en voiturette (BD humoristique).

Dossier (0,30 €) N° 4025

Habitat

Le guide du chaisard 2002

Collectif - Ed. Parcours - 2002

Guide pratique de la personne à mobilité réduite. Véritable guide ressource, le «Chaisard» vous aide à trouver rapidement les ressources pratiques qui vous aideront au quotidien: déplacement, accessibilité, assurance, sport, innovation technique et médicale. La thématique particulière de 2002 aborde un sujet délicat mais essentiel: la vie amoureuse et sexuelle. A voir aussi sur www.chaisard.com.

Livre – 136 pages (gratuit pour affiliés) N° 7013

Loisirs

Voyager avec plaisir

Par Patricia Monin dans Fortissimo - Soc. Suisse SEP - 2003

Lorsque l'on est atteint de SEP, il ne faut pas pour autant renoncer à voyager. Mais celui qui part sans aucune préparation doit s'attendre à des surprises désagréables. Quelques conseils pour des vacances pleinement réussies.

Article – 2 pages N° 8008

Notre héritage:

BIOGEN, à la pointe de la recherche, est à l'origine de la découverte de thérapeutiques majeures.

Notre mission: Construire un grand groupe pharmaceutique capable de mettre au point des thérapeutiques innovantes en partenariat avec les professionnels de la santé.

Notre objectif: Développer de nouveaux produits apportant un réel progrès thérapeutique et améliorer la qualité de vie des patients. Un des produits issu de la Recherche BIOGEN est l'interféron β 1-a, progrès thérapeutique majeur dans le traitement de la sclérose en plaques.



BIOGEN,
votre
partenaire
pour le
traitement
de la SEP.

BIOGEN Belgium N.V./S.A.
Rue des Colonies 11
1000 Bruxelles
Tél.: 02-219 12 18
www.biogen.be

BIOGEN

L'allocation d'aide aux personnes âgées (APA)

Définition

L'allocation d'aide aux personnes âgées est accordée à la personne âgée dont le manque ou la réduction d'autonomie est établi après 65 ans.

Cette allocation est un complément. La personne est tenue préalablement de faire valoir ses droits au revenu garanti pour personnes âgées et à la pension de retraite ou de survie.

Conditions d'obtention

Âge: être âgé de 65 ans au moins.

Nationalité: être Belge ou assimilé (mêmes conditions que pour les autres allocations).

Résidence: être domicilié en Belgique et y séjourner régulièrement.

Revenus: Tous les revenus de la personne sont pris en considération ...

A 100 %, s'il s'agit d'un revenu professionnel du handicapé, de son conjoint ou de la personne avec laquelle il est établi en ménage. (Le revenu à porter en compte est le revenu imposable de la 2^e année précédant celle en cours.)

A 90 % s'il s'agit du montant des pensions accordées au handicapé, à son conjoint ou à la personne avec qui il est établi en ménage.

Le revenu cadastral des biens immobiliers bâtis, dont le handicapé ou/et son conjoint sont propriétaires, est exonéré à concurrence d'un montant de 1.487,30€ majoré de 248,89€ par enfant à charge.

Principe

Le montant de l'allocation est calculé en fonction du **handicap du bénéficiaire** et des **revenus du ménage**.

Les personnes âgées qui vivent avec leurs enfants, leurs frères ou sœurs, leurs parents ou alliés au second degré ont droit au taux « isolé », plus intéressant que le taux cohabitant.

Abattements appliqués aux revenus

Le montant de l'abattement est relevé au niveau de la pension minimale garantie :

- > Famille (ou avec personnes à charge): 11.793,71 €
- > Isolé: 9.438,10 €
- > Cohabitant: 9.438,10 €

Depuis le 1^{er} janvier, la réduction de deux tiers de l'allocation, lors de l'admission dans une institution de soins, est supprimée.

Montant des allocations (au 01/02/2002)

Le montant de l'allocation dépend du résultat de l'évaluation du degré d'autonomie (points).

Pour l'APA on distingue 5 catégories:

Catégorie	Points	Montant mensuel	Montant annuel
1	7 à 8 points	65,79 €	789,51 €
2	9 à 11 points	251,15 €	3.013,74 €
3	12 à 14 points	305,35 €	3.664,23 €
4	15 à 16 points	359,54 €	4.314,52 €
5	17 à 18 points	441,65 €	5.299,78 €

Pour obtenir l'A.P.A., il faut s'adresser à l'administration communale.

Avantages sociaux et fiscaux dans le cadre de l'APA

1. Impôt sur les personnes physiques et précompte immobilier

Indépendamment de l'âge de la personne, réduction des impôts si le handicap :

- est établi en raison de faits survenus et constatés avant l'âge de 65 ans,
- atteint au moins 66 % (APA 2^e catégorie).

2. Véhicules automobiles

Exemption des taxes (T.V.A., immatriculation et circulation).

3. Taxe radio

Exonération si l'invalidité atteint 80 % au moins.

4. Logement social

Le handicap doit avoir été reconnu avant 65 ans et atteindre au moins 66 % (APA 2^e catégorie).

5. Tarif téléphonique social

- Avoir un handicap d'au moins 66 %,
- habiter seul,
- cohabitant avec une ou plusieurs personnes, âgées de 60 ans accomplis,
- cohabitant avec des enfants et petits-enfants qui n'ont pas atteint l'âge de fin de scolarité obligatoire. Les petits-enfants doivent en outre être orphelins de père et de mère ou avoir été confiés aux grands-parents par décision judiciaire. La limite d'âge fixée à l'égard de ces enfants et petits-enfants ne s'applique pas aux descendants qui sont atteints d'un handicap de 66 % au moins.

6. Tarif social gaz-électricité

Les personnes figurant dans la catégorie 2 ou au-delà

perçoivent une allocation. (Attestation envoyée annuellement par le Ministère.)

7. Carte de stationnement

- Être atteint d'une invalidité permanente de 80 % au moins,
- avoir une réduction d'autonomie d'au moins 50 % (conformément au guide et échelle applicables dans le cadre de la législation relative aux handicapés),
- être atteint d'une invalidité permanente découlant directement des membres inférieurs et occasionnant un taux d'invalidité de 50 % au moins,
- être atteint de paralysie entière des membres supérieurs ou en avoir subi l'amputation.

N'hésitez pas à vous adresser au service social pour obtenir plus d'informations ou une aide dans vos démarches !

Le groupe Législation

Les Ascenseurs de Coopman, confortables et sûrs.



Monte-escalier FLEXIRAIL®



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



Easylift®, ascenseur sans gaine



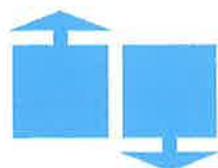
MOVIS®, ascenseur avec gaine

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

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

Ascenseurs Coopman vous garantit :

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



RENOVEZ-NOUS CE COUPON POUR PLUS D'INFORMATION

ASCENSEURS
coopman®

Ascenseurs Coopman sa
Heirweg 123 B-8520 Kuurne
Tél.+32(0)56 35 85 80 Fax +32(0)56 35 58 65
ascenseurs@coopman.be
www.coopman.be

NOM
 ADRESSE
 LOCALITE
 TEL FAX

Monte-escalier Ascenseur à plateau Plateau-élévateur
 Easylift® ou Movis® Information sur les subventions



Dites-moi, Docteur ...

Faites part de vos questions d'ordre médical à la rédaction de La Clef (voir permanence en fin de revue) **en mentionnant «Dites-moi, Docteur».**

La parution dans La Clef sera anonyme, mais nous pourrions avoir besoin de vous contacter ... Indiquez donc vos coordonnées !

Nous ne pouvons vous garantir que toutes les questions feront l'objet d'une réponse dans la revue.

J'ai lu dans un journal tout public qu'il existait depuis peu un pacemaker pour les vessies incontrôlables ...

Jusqu'à 80 % des patients souffrant de SEP présenteront des troubles urinaires au cours de la maladie, en moyenne 6 à 8 ans après son début. Le trouble le plus fréquent est une vessie hyperactive qui provoque des urgences mictionnelles, voire de l'incontinence. Ce trouble est le plus souvent traitable médicalement : anti-cholinergiques, imipramine, desmopressine, anti-spastiques.

Il existe aussi, comme vous l'avez lu, un traitement chirurgical encore peu pratiqué qui permet de réduire les urgences mictionnelles : la neuromodulation par stimulation de la 3^e racine sacrée. Elle a déjà été appliquée à des patients souffrant de SEP. Elle nécessite d'abord une évaluation objective (agenda des mictions pendant quelques jours) de l'efficacité d'une neurostimulation par un stimulateur externe provisoire.

Cette intervention se fera dans un centre spécialisé, habituellement dans un service d'urologie. Au moins trois centres en région francophone peuvent répondre à cette demande. Si le test est concluant, l'électrode que l'on aura mise au contact la racine S3 est laissée en place et un stimulateur définitif sera implanté, le plus souvent dans la fesse.

Sur base d'un dossier introduit par une commission ad hoc, l'INAMI intervient dans le remboursement du neurostimulateur.

Je suis traitée par Interferon et j'ai des signes de pré-ménopause. Mon traitement peut-il en être la cause ?

Des troubles menstruels ont été rapportés chez 28 % des femmes pré-ménopausées traitées par Betaferon contre 13 % dans le groupe placebo. Avec l'Avonex versus placebo, la fréquence des troubles était par contre identique.

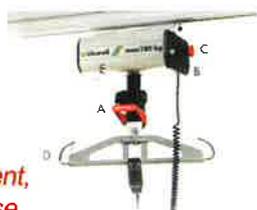
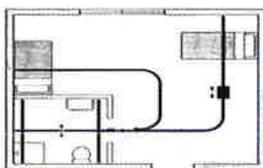
Il s'agit souvent d'irrégularité menstruelle, de «spotting». Je n'ai pas connaissance de cas de ménopause induite par le médicament.

Si une question se pose sur le fonctionnement ovarien, il est utile de faire réaliser un bilan hormonal par son médecin.

Dr Philippe Noël, neurologue

LiKorall  **Liko**

Le lève-malade sur rail qui répond aux plus hautes exigences en matière de flexibilité de fonctionnement, d'esthétique, et se caractérise par un système de sécurité unique.



D
I
S
T
R
I
B
U
T
E
U
R

E
X
C
L
U
S
I
F

JONCKERS MEDICAL

ORTHOPEDIE - HYGIENE - REVALIDATION
MATERIEL MEDICAL

S.A CAPITAINE ORTHOPEDIE

AV HERBOFIN 13 A
6800 LIBRAMONT
TEL. 061/ 23 24 17
FAX 061/ 23 24 17

**S.A JONCKERS
MEDICAL**

AV DE LA PORTE DE HAL 14
1060 BRUXELLES
TEL. 02/521 36 63
FAX 02/ 521 41 55

jonckers.medical@euronet.be
www.jonckersmedical.be

Accessibilité des Jardins d'Annevoie

Il ne faut jamais laisser tomber les bras devant une difficulté et quand un lieu visité n'est pas aussi accessible qu'il est présenté, il ne faut pas hésiter à faire part de votre déception. L'été dernier, nous avons organisé une visite des Jardins d'Annevoie, présentés dans les brochures comme accessibles. Ce n'était malheureusement pas le cas. La couche de gravier était trop épaisse, ce qui calait les petites roues avant des voiturettes. Cela rendait le travail des pousseurs très pénible et la promenade des poussés très inconfortable. De plus, le battant de la porte des toilettes, en s'ouvrant, bloquait celle des handicapés et compliquait leurs manœuvres d'accès. J'ai écrit aux responsables une lettre expliquant l'inaccessibilité de leur site. La réponse me parvint par retour, promettant de faire immédiatement le nécessaire pour améliorer le confort des personnes voiturées. J'espère qu'ils auront tenu parole, mais le fait d'avoir répondu est déjà positif.

Faites comme moi en cas de difficulté!

Antoine Gebara

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

SODIMED

S.P.R.L.

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

04/226 60 78

FOURNITURE ET MATERIEL MEDICAL

VENTE - LOCATION

FAUTEUIL ROULANT
et AIDE AUX HANDICAPES
Agréé de l'INAMI

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

**LE MONTER ET DESCENDRE
LES ESCALIERS
EN SECURITÉ**

• Avec le fauteuil **c-max**
2 EN 1: FAUTEUIL & MONTE ESCALIERS



• Avec le **s-max** dans
votre fauteuil roulant
ADAPTABLE À TOUT TYPE DE FAUTEUIL
ROULANT MANUEL ; PAS DE TRANSFERT

LÉGER • COMPACT • DÉMONTABLE • TRANSPORTABLE • FIABLE
POUR UNE DÉMONSTRATION GRATUITE: 02-358 59 86

EUROMOVE sprl les autres produits

44, chaussée de Waterloo • B-1640 Rhode-Saint-Genèse
Tél. 02-358 59 86 • www.euromove.be • E-mail info@euromove.be

Actimed S.P.R.L.
Matériel Médical

- Fauteuil roulant
- Lit électrique
- Incontinence
- Aérosol
- Tentiomètre
- Glucomètre
- Chaise percée
- Béquille
- Cadre de marche
- Soulève-malade
- Fauteuil releveur
- Baignoires à hauteur variables...



*Du matériel de qualité accompagné de garanties
(service après vente rapide)*

Pour plus de renseignements, contactez-nous...

rue Basse-hez, 3
4653 BOLLAND

TEL. 087/66.20.31
FAX. 087/66.10.67
GSM 0495/25.42.18

Dessinez, c'est gagné!



Bonjour! Je m'appelle Claudine Collin et, depuis plusieurs semaines, je fais partie, sur Internet, d'un groupe de dessin. Nous sommes environ une centaine de personnes.

C'est génial d'apprendre, en s'amusant, à réaliser de beaux travaux en PSTN (Paint Shop - version 7.4 ou 7).

Il y a des leçons pour les débutants et l'animatrice, Francine Lejeune, est super. Les participants au groupe s'entraident aussi beaucoup et cela ouvre vraiment de nouveaux horizons.



Je suis tellement enthousiaste que j'ai voulu passer l'information aux autres affiliés de la Ligue.

Pour en savoir plus, il suffit de contacter Francine Lejeune au **080/68 44 17** ou de surfer sur www.ifrance.com/pspliberte.

Qui sait, un jour prochain, je serai peut-être en contact avec vous sur le Net !



Lu sur le forum Internet

Moi, quand ça m'énerve qu'on me dise que «ça (ma SEP) ne se voit pas» ou que «on ne voit rien», je réponds: «Heureusement, que cela ne se voit pas! Souvent, je n'aimerais pas avoir l'air aussi mal que je me sens.» Généralement, ça coupe court à tout commentaire!!!

Xénia

Pour lire les témoignages d'autres personnes concernées par la SEP ou/et pour faire part de ce que vous vivez, cliquez sur l'onglet Forum du site www.ms-sep.be!

Motomed Viva

L'entraîneur thérapeutique motorisé
pour une mobilisation
active et passive



Essayez le
Motomed Viva
gratuitement
chez vous!



Partner for Life





Life Goes on...

Serono peut aider à changer le cours de la maladie
chez les patients atteints de SEP récurrente/rémittente...
et leur permettre de mener une vie normale plus longtemps.

 **MS-Care**
0800/84 440

 **serono**

Serono Benelux BV, Rue de l'Association 40-42, 1000 Bruxelles.

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 (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 €) couvrant le prix de l'article (0,05 € la page) ou de la brochure et les frais d'envoi.

Hygiène alimentation

Aspartame, le tueur silencieux

Par Myriam Verlaet dans *Vélériane - Nature et progrès* - 2002

L'article fait état d'une épidémie de fibromyalgie, de SEP et de lupus systémique, provoquée par l'aspartame, édulcorant contenu dans nombre de produits light. En accompagnement, le Dr Rihoux nous livre sa lecture très critique sur les affirmations non étayées reprises dans cet article. Sa conclusion : comme l'abus nuit en tout, il est bien entendu utile d'éviter les excès de produits light contenant l'aspartame, mais ne croyons pas sur parole tout ce qui est écrit dans cet article alarmiste; veillons à adopter une hygiène alimentaire raisonnable.

Article (4 pages)

N° 4052

Médical

Troubles urinaires et SEP

Par Dr A.G. Herbaut, neuro-urologue à Erasme, Bruxelles - éd. Biogen Belgium - 2003

Pourquoi présente-t-on des Troubles Vésico-Sphinctériens au cours de la SEP? Quels sont les symptômes évocateurs de TVS? Quelle est leur gravité? Quand faut-il consulter et pourquoi? A quels examens faudra-t-il procéder? Comment évoluent les TVS et comment les traiter? Le sondage intermittent: quand? comment? chez qui? Quelques suggestions générales. Une brochure claire comprenant un lexique.

Brochure gratuite (14 pages)

N° 1256

Vie sociale - Témoignage

S'aimer et rire

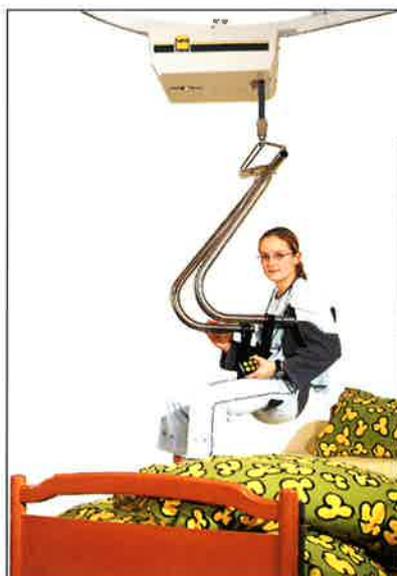
Par Simone Ecklin dans *Fortissimo*

Soc. Suisse de SEP - 2003

Vie de couple. Continuer son chemin à deux malgré la SEP : épreuve de fous et drôle d'histoire d'amour. Un témoignage réaliste en quelques mots simples.

Article (1 page)

N° 5093



Ça va tout seul !

Le châssis-mains de Handi-Move est le premier système de levée qui laisse le dos et le siège totalement libres.

Il n'a besoin que de quelques points d'appui pour vous lever. Deux 'mains' vous prennent au niveau du torse. Vos jambes sont soutenues par des supports de cuisses confortables.

Le châssis-mains vous donne la possibilité de vous transférer directement de votre chaise roulante à la baignoire, à la toilette ou au lit, sans assistance.

Bref, vous pouvez faire tout ce que vous voulez en toute liberté et en toute sécurité.

Nom _____
Rue _____ N° _____ Boîte _____
Code Postal _____ Localité _____
Téléphone _____

Veillez m'envoyer des informations complémentaires sans engagement de ma part sur:

- le châssis-mains Handi-Move
 les autres systèmes de levée et de soins Handi-Move

Renvoyez ce coupon à:

Handi-Move S.A., Ten Beukenboom 13, B-9400 Ninove, Fax 054 32 58 27

**Handi
move**
INTERNATIONAL

LCL 06/03

Vie sociale

Pour le meilleur et pour le pire - Les relations quand un partenaire a la SEP

Dans MS Matters - MS Society (Royaume-Uni) - 1999

Vivre dans l'incertitude en couple où existe la SEP est difficile, tant pour la personne atteinte que pour son partenaire. S'aimer pour le meilleur et pour le pire prend une nouvelle signification quand la nature des bons et des mauvais moments doit être réévaluée tous les jours. Il faut pouvoir placer la relation avant la maladie et partager ses émotions, surtout quand des changements dans les rôles de chacun s'imposent.

Article (5 pages)

N° 5094

Médical recherche

SEP progressive d'emblée: deux déceptions et une lueur d'espoir

Par Pr. Ludwig Kappos dans Fortissimo

Soc. Suisse de SEP - 2003

La SEP progressive d'emblée était l'un des thèmes du symposium organisé le 25/1/03 à Lucerne. L'article contient une information sur de nouvelles études de médicaments sous forme de comprimés.

Article (1 page)

N° 1255

Hygiène

Avez-vous bien dormi?

Par Dr Diane Playford, neurologue dans MS Matters - Soc. anglaise de SEP - 2000

Dans quelle mesure les difficultés de sommeil affectent-elles les personnes atteintes de SEP ? Comment diagnostiquer un réel problème de sommeil ? Comment traiter ces problèmes et que penser des somnifères ? Quelques conseils pratiques pour améliorer l'hygiène du sommeil.

Article (2 pages)

N° 4053

EUROMOVE

EUROMOVE spri les autres produits

**ENTRAÎNEUR THERAPEUTIQUE
MOTORISÉ :**

L'EXERCISE PHYSIQUE
EST BON POUR :

- Améliorer la circulation
cardiovasculaire



THERA FIT



THERA LIVE

- Améliorer la souplesse des articulations
- Améliorer votre condition physique
- Entretien votre musculature
- Prévenir la lourdeur et l'engourdissement des membres

Pour renseignement ou essai gratuit

EUROMOVE spri les autres produits

44, chaussée de Waterloo • B-1640 Rhode-Saint-Genèse
Tél. 02-358 59 86 • www.euromove.be • E-mail info@euromove.be

MOBILE

Le spécialiste
des scooters électriques

www.mobilescooter.com



**Le choix
La qualité
Le service**

Vitesse de 0 à 16 km/h
Avec grandes roues, pour franchir trottoirs et obstacles
Avec suspension pour votre confort
Autonomie jusqu'à 65 km
Choix parmi différents modèles

**DEMANDEZ UNE DEMONSTRATION
GRATUITE À DOMICILE... APPELEZ:**

ou visitez notre salle d'exposition à Brugge, Blankenbergse stw. 14A

0800-90207
Gratuit

Pour documentation ou démonstration gratuite

BON

Nom _____ démonstration gratuite
Rue _____ NB documentation gratuite
Code postal _____ Ville _____
Tél. _____

Envoyez ce bon à **MOBILE**,
Blankenbergse steenweg 14, 8000 Brugge.

MOBILE

A VENDRE**Fauteuil-relax** électrique, peu servi - Tél. 085/25 00 85**Siège élévateur** adaptable à escalier droit Monolift Thyssen Linear, charge utile 125kg, servi 15 jours
Prix : 3.000 €

Tél. 085/25 29 16 ou 0476/48 99 94

 Scooter Shoprider 4 roues - Prix : 150€.**Table kiné** - Prix : 125€.

Tél. 065/67 22 02

 Scooter électrique 4 roues Pride Rally 4, parfait état, peu servi - Prix : 1.500 €

Tél. 065/63 16 15

Voiturette électrique d'extérieur Ortopedia Touring 925, grandes roues devant, 10 km/h, autonomie 40 km, frein à main, amortisseurs indépendants

Tél. 0496/26 51 42

Voiture adaptée (carlift Charbonnier et sangle), Mazda Demio, 1.3 essence, 44.000 km, 1^{er} CT OK, mise en circ. 12/98, 1^{er} proprio

Tél. après 17h 069/44 39 63

Voiture adaptée (accélérateur & frein au volant), Toyota Yaris Linéa Sol, 1.3 automatique, bleu métal, juin 2000, 1^{er} proprio, 15.000 km, vitres & rétros élect., radio CD, verrouillage central à distance, coupe-circuit, toit ouvrant, état impecc.

Prix : 8.950 € (adaptation incluse de 2.000 €)

Tél. 04/227.27.02 ou 0495/22.67.96

Ortec
OrtopediaTechnologielaan 9 - 3001 Heverlee
Tél. (016) 40 60 50 - Fax. (016) 40 70 50
info@ortec-orthopedie.be
www.ortec-orthopedie.be

Ortec propose une gamme étendue de produits, pour aider des personnes à vaincre leur handicap et pour avoir une vie plus confortable. La prise de mesure individuelle est au centre de nos priorités. Nous offrons plusieurs possibilités:



- > orthèses (appareils de correction ou de soutien)
- > prothèses
- > chaises roulantes et corsets-sièges sur mesure
- > aides techniques comme béquilles, lèves-personnes et lits...
- > bandagisterie: bandages, prothèses mammaires, lombostats, semelles orthopédiques...
- > chaussures de correction pour enfants et chaussures orthopédiques sur mesure

**Nous disposons d'un service de production et assurons le service après-vente. Vous êtes toujours les bienvenus!****ITB**™Thérapie Intrathécale Baclofène
(LIORESAL® Intrathéal)**Traitement de la spasticité rebelle**

- Sclérose en plaques • Infirmité motrice cérébrale
- Lésion médullaire • Lésion cérébrale traumatique
- Hémorragie

**Medtronic**

Tél. 02/456 09 10

Fax 02/460 32 83

Activités périodiques

Café-rencontre, discussion amicale sur un thème choisi ensemble, ouvert aux personnes valides, alternativement à Nivelles et à Wavre

0496/85 29 03

Café-rencontre, discussion amicale sur un thème choisi ensemble, ouvert aux personnes moins valides, Wavre

0496/85 29 03

Atelier du mardi, chaque mardi, jeux de société cartes - Scrabble, Uccle

02/345 31 31

Le Fil d'Ariane, groupe thérapeutique, 1 fois/mois, Bruxelles

0477/90 12 00

Dynamo, 1 fois/mois, Bruxelles

02/735 86 21

Soleil Plus, 1 fois/mois

02/705 69 03

Espoir, 1 fois/mois, Rixensart

02/384 04 02

Atelier créatif, chaque lundi, Centre culturel de Dison

087/35 35 86

Atelier créatif, chaque vendredi, Ligue de la SEP de Liège

04/252 72 01

Groupe des XII, 1 fois/mois, Namur

081/73 43 41

Ateliers terre, aquarelle, peinture sur soie, bijoux, peinture à l'huile, ouverts aux personnes atteintes de SEP et aux membres de leur entourage,

Centre de Rencontre de Naninne

siège social

Goûter du 3^e mardi, détente, goûter et jeux de société, Centre de Rencontre de Naninne

081/51 19 63

Les Mousquetaires, aquarelle, Marcinelle

071/41 30 35

Les Mousquetaires, rendez-vous cinéma,

1^{er} jeudi du mois, Charleroi

071/41 30 35

Les Mousquetaires, chaque mercredi,

chant d'ensemble, Marchienne-au-Pont

071/41 30 35

Les Mousquetaires, 2^e jeudi du mois,

scrabble, Marcinelle

071/41 30 35

Les Mousquetaires, 2 vendredis / mois, Marcinelle

071/41 30 35

Amicale des SEP des Trois Frontières,

1^{er} jeudi du mois, Athus

063/38 80 41

Malgré Tout, 1^{er} mardi du mois, Mons

065/87 42 99

Alpha, 2^e mardi du mois, St-Vaast

064/28 12 44

Delta, 4^e jeudi du mois, Quaregnon

065/68 16 15

Groupe de Bury, 2^e mercredi du mois, 13h30 - 17h00

Maison du Village, Braffe

069/34 43 59

Carpe Diem, 4^e mercredi du mois, Mouscron

056/34 32 47

Tenir Bon, 4^e mardi du mois, à 16h30, Ath

068/28 47 27



SUNRISE
MEDICAL

INVACARE

Fauteuils roulants manuels et électroniques
Lits pour moins valides et matériel d'aide technique
Service technique assuré par des spécialistes

ORTOPEDIA

MEYRA

SCANDINAVIAN MOBILITY

QUICKIE
The Real Chair People

ROHO

Agréé toutes mutuelles

JAY.



küschall

Rue général Eenens, 96 - 1030 Bruxelles

Email: friedrich.lehner@chello.be

<http://www.proximedia.com/web/lehner.html>

Tél.: 02/215.01.98

Fax : 02/242.51.91



Juillet 2003

Barbecue à Grez Doiceau, Sa 12/7, 11h30

[02/384 04 02](tel:023840402)

Visite du Musée du Masque à Binche + expo masques d'Orient, Je 17/7, à 14h30

[02/384 04 02](tel:023840402)

Août 2003

Croisière en péniche sur l'Escaut de Tournai vers la France avec repas et orchestre à bord, Sa 2/8, 10h30

[02/384 04 02](tel:023840402)

Barbecue à Marche-lez-Ecaussinnes, Sa 9/8, 11h30

[02/384 04 02](tel:023840402)

Balade dans les bois à Vielsalm, Sa 30/8

[061/21 82 79](tel:061218279)

Barbecue à Braine-l'Alleud, Sa 30/8, 11h30

[02/384 04 02](tel:023840402)

Septembre 2003

Fête des groupes d'entraide, de rencontre, de créativité: exposé, présentation des groupes, stands, exposition, Sa 6/9, 9h30, Centre de Rencontre

[Centre de Rencontre](tel:023840402)

Opération Chococlef, du Je 11/9 au 14/9 et du 18/9 au 21/9, vente de chocolat Galler (4 bâtons = 4 €) par des bénévoles au profit de la Ligue et en faveur des personnes atteintes de SEP (voir p.4)

[Comités provinciaux](tel:023840402)

Banquet et concentration de motos (120 km) au profit du groupe «Ath et environs», Sa 13/9 à 13h, Ormeignies-Ath

[068/28 47 27](tel:068284727)

Conférence

de la Multiple Sclerosis International Federation, du 22 au 24/9, Berlin, en anglais et allemand

www.gateway-to-progress.com

Barbecue à Chevetogne, Ma 23/9

[081/51 19 63](tel:081511963)

Journée annuelle de la SEP repas et animations à Herbeumont, Sa 27/9

[063/22 65 72](tel:063226572)

Octobre 2003

Concentration cycliste «2003 vélos pour 2003», organisée au profit des personnes atteintes de SEP, départ d'Hanzinelle - arrivée à Rochefort vélodrome, spectacles, concerts, Sa 4/10 (voir page 8)

[071/68 74 74](tel:071687474)

Journée d'information et de rencontre sur les troubles cognitifs, Sa 18/10, Centre de Rencontre

[Centre de Rencontre](tel:023840402)

Accès cible village euro-régional de l'accessibilité, du Je 18 au Sa 20/9, Tournai Expo

www.acces-cible.be

EUROMOVE

EUROMOVE sprl les autres produits

EUROMOVE



VIVRE DEBOUT

POUR VOTRE MOBILITÉ :

- *Vivre debout:*
fauteuil verticalisateur
- *Rollfiets:*
vélo pousse-pousse



ROLLFIETS

Pour renseignement ou démonstration gratuite

EUROMOVE sprl les autres produits

44, chaussée de Waterloo • B-1640 Rhode-Saint-Genèse
Tél. 02-358 59 86 • www.euromove.be • E-mail info@euromove.be



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 ».

12,50€/an à verser au compte
n° 250-0138300-63

Devenez bénévole :

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

Participez à l'opération Chococleף, en septembre:

Soit comme vendeur bénévole,
soit comme acheteur.

Faites un don ou un legs à la Ligue:

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

Centre de Rencontre

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

Tél. : 081/40 15 55
Fax : 081/40 06 02

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

Direction :

Mme Tychon : lundi 9h-12h,
mercredi 9h-12h

Secrétariat :

Tous les jours 9h-16h

Affiliations :

Mme Dall' Ava : jeudi 13h-16h

Logement

M. Dufour : mercredi 13h-17h
Mme Demande : jeudi 9h-12h

Mme Dall'Ava (dossiers financiers) :
1^{er} et 3^e mardi 10h-14h

Documentation

M. Gérard : vendredi 9h-12h

Législation

M. Dewallef : jeudi 10h-13h

Revue "La Cleף"

Mme Dradin : jeudi 13h-16h

Vacances

Mme Hodiamont : jeudi 9h-12h
04/344 22 62

Emploi

Mme Jacques : mardi 9h-12h
04/344 22 62

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 (rempl. Mme Demande) :
mercredi 13h30-16h30
Mme Rocour : jeudi 13h30-16h30

Permanences sociales

Brabant wallon

010/24 16 86
Rue de Bruxelles 20 - 1300 Wavre
CB : 271-0212770-81

M. Rombaut (rempl. Mme Massaux) :
mercredi 9h-12h

Mme Baudot :
jeudi 9h-12h

Bruxelles

02/735 86 21
Avenue Plasky 173/11 - 1030 Bruxelles
Fax : 02/735 32 47
CB : 210-0034161-69

Mme Mahieu :
mercredi 9h30-12h

Mme Schroeder : vendredi 9h30-12h
Mme Likaj : jeudi 17h-19h

Hainaut

CB : 360-0510736-37

Est : 071/20 21 75
Rue Brigade Piron 330
6061 Montignies-sur-Sambre
Mlle Detimmerman : mardi 9h-12h
Mme Grisay : jeudi 9h-12h

Ouest : 065/87 42 99
Rue Grande 44 - 7301 Hornu
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

Luxembourg

CB : 267-0208969-50
Mme Rouyr (rempl. Mme Colet) :
mardi 9h-12h - 084/21 45 89
Rue du Vivier 5 - 6900 Aye

Mme Piron :
mercredi 9h-11h30 - 061/21 82 79
Clinique Ste-Thérèse
Chée d'Houffalize 1 - 6600 Bastogne



Le Centre de Rencontre

Humour, quand tu nous tiens ...

En complément à notre dossier de mars, voici de quoi alimenter encore votre réflexion ou... vous faire sourire!



Le rire sucre les larmes. (*Robert Sabatier*)



Le rire désarme, ne l'oublions pas. (*Pierre Dac*)



La plus perdue de toutes les journées est celle où l'on n'a pas ri. (*Chamfort*)



On n'est jamais puni pour avoir fait mourir de rire. (proverbe chinois)



Il faut rire avant que d'être heureux de peur de mourir sans avoir ri.
(*Jean De La Bruyère*)



Le rire est un tranquillisant sans effets secondaires. (*Arnold Glasow*)



L'humour renforce notre instinct de survie et sauvegarde notre santé d'esprit.
(*Charlie Chaplin*)



L'humour, c'est un truc pétillant qui rend les rapports entre personnes plus intelligents.
(*Christian Clavier*)



L'humour est une affirmation de la dignité, une déclaration de la supériorité de l'homme face à ce qui lui arrive. (*Romain Gary*)

Solutions des mots croisés du numéro précédent

Horizontalement

1. TALENTS - OZONE. 2. ECOLOGISTE - AVEN. 3. NAT - IVETTES - OUR. 4. IBERE - URO - OBERE.
5. AI - ENTREMELE - AG. 6. TA - TASSAGE - KSI. 7. NA - SN - IF - IM. 8. DIESE - ECLATEE. 9. INSTRUIT
- US. 10. TA - SN - BRISENT. 11. UCHRONIE - TAS - IE. 12. ETCETERA - EL. 13. ISERE - SIBERIE.
14. ALI - ETALS - MUE. 15. ISEO - NOISETIERS.

Verticalement

1. TENIA - ADIEUX - AI. 2. ACABIT - IN - ILS. 3. LOTE - ANESTHESIE. 4. EL - RE - ASTARTE. 5. NOIENT
- ER - OCRE. 6. TGV - TAN - USNEE. 7. SIEURS - FINIT - EO. 8. STRESS - EESTI. 9. OTTOMANE - RIAS.
10. ZEE - EG - CARTABLE. 11. SOLEIL - IA - EST. 12. NA - BE - FAUSSER. 13. EVOE - TSE - LIME. 14.
EURASIE - NI - EUR. 15. ENREGIMENTER - ES.