



PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE

P921586

N°08

DÉC 2018

VERVIERS

4^E TRIMESTRE

ALTÉO MAG

Magazine trimestriel d'Altéo asbl

www.alteoasbl.be

Mouvement social de personnes
malades, valides et handicapées

Bureau de dépôt
Charleroi X
rue du Rabiseau 14
6220 Fleurus

Expéditeur
rue Laoureux 36
4800 Verviers

Altéo

Mouvement social de personnes malades,
valides et handicapées

**SOUS LES
PROJECTEURS | P03**

La joëlette

DOSSIER | P04

Retour des vacances !

DOSSIER | P06 LIVRET
NATIONAL

En route vers un langage
inclusif et accessible !

EDITO

BONJOUR À TOUTES ET TOUS,

Nous voici déjà arrivés au mois de décembre ! La fin de l'année 2018 se profile doucement à l'horizon, et avec elle son cortège des festivités traditionnelles que vos locales ne manqueront pas d'organiser.

J'espère que l'année écoulée vous aura apporté de nombreuses satisfactions, au sein d'Altéo bien sûr, mais également dans votre vie de tous les jours, qu'elle aura été riche en activités diverses, partages, découvertes.

Que nous réserve l'année 2019 ? Nul ne le sait ! Le meilleur j'espère. Ce que je peux vous assurer, c'est que, sur base de vos souhaits que nous vous demanderons d'émettre via un questionnaire, nous vous proposerons très bientôt de nouvelles activités ludiques :

- Activités bien-être : thermes, gym douce, ...
- Activités découvertes/nature : visites d'expos, de musées, de villes, sorties ciné, ...
- Activités nature : balades en forêt avec guide nature, visites de parc, ...
- Activités cuisine : confection de mets simples et pas chers, ...

Nous serons bien entendu à votre écoute pour d'autres activités qui vous tiendraient à cœur.

Dans ce 8^{ème} numéro d'AltéoMag, vous trouverez les habituelles actus régionales, les principales activités de vos « locales », un compte rendu des séjours vacances 2018 et l'agenda.

Permettez-moi de vous présenter d'ores et déjà mes meilleurs vœux pour l'année 2019.

À très bientôt.

Léon Tasquin
Président Altéo Verviers.

SOMMAIRE

03

SOUS LES PROJECTEURS

La joëlette

04

DOSSIER

Retour des vacances !

07

ACTUS RÉGIONALES

Échos des locales

- ◆ La Locale de Plombières
- ◆ La Locale de Welkenraedt
- ◆ L'étincelle

10

Vie régionale

- ◆ Animation « Fin de vie »
- ◆ Matins malins « Fin de Vie »
- ◆ Journée portes ouvertes de la Mc
- ◆ Affiliation Altéo 2019
- ◆ Apérochapo
- ◆ Facebook
- ◆ Vœux

13

EN IMAGES

Images de nos Locales

15

AGENDA



Edition et diffusion

Altéo Verviers
Rue Lucien Defays 77
4800 Verviers
087/30.51.47
alteo.verviers@mc.be
facebook.com/alteo.verviers
www.alteoasbl.be/regions/verviers.htm

- ◆ **Revue réalisée avec le soutien de :**
 - La Mutualité chrétienne
 - La Fédération Wallonie-Bruxelles

- ◆ **Coordination**
Aline Gason
- ◆ **Comité de rédaction :**
Jeanine Kerff
Léon Tasquin
Marie-José Dideren
Mireille Meskens
Nathalie Vecray
Xavier Denis
Nicolas Collard
- ◆ **Impression**
Imprimerie Bietlot
- ◆ **Editeur responsable :**
Isabelle Halleux
Rue Lucien Defays 77
4800 Verviers

- ◆ **Mise en page**
Isabelle Marchal
www.byim.be
- ◆ **Crédit photos**
Archives Altéo,
archives Mutualité chrétienne, Fotolia
- ◆ **Photo cover**
30 mai 2018,
Apérochapo à Nivelles.

Imprimé sur papier recyclé

Altéo
Fédération Mutualité chrétienne

Mouvement social de personnes malades, valides et handicapées
Ch^{ssée} de Haecht 579 bte 40
1031 Bruxelles
alteo@mc.be

Altéo près de chez vous sur
www.alteoasbl.be/regionales
Suivez nous sur  

SOUS LES PROJECTEURS

La joëlette

Notre Régionale vient d'acquérir une Joëlette monoroue « nouvelle génération ».

C'est quoi ce drôle d'engin ? La Joëlette monoroue est un fauteuil tout terrain qui permet la pratique de la randonnée pour les personnes à mobilité réduite, et ce avec l'aide de minimum 2 accompagnateurs valides, appelés souvent « pilotes ». La présence d'un 3^{ème} accompagnateur est recommandée.



Grâce à sa roue unique et à son système de suspension, la Joëlette se faufile là où aucun fauteuil roulant ne peut espérer passer : pistes, sentiers, hors sentiers, bosses, fosses, escaliers... Là où un VTT passe, la Joëlette passera !

Un guidon arrière et une paire de bras à l'avant permettent aux pilotes de manœuvrer la Joëlette facilement puisque le poids de celle-ci et du passager reposent entièrement sur la roue et la suspension. La conduite de la Joëlette n'est donc pas réservée aux « grands sportifs ». Elle nécessite néanmoins un minimum de condition physique et une phase d'apprentissage, et ce afin d'être en mesure d'assurer la sécurité du passager dans toutes les conditions d'utilisation.

L'objectif de notre achat est, dans un esprit de pure promenade, de permettre à des personnes à mobilité réduite de notre régionale de pouvoir redécouvrir les joies de la pleine nature, de pouvoir se promener à peu près partout dans nos belles régions, sans les diverses limitations de terrain qu'impose une chaise roulante traditionnelle. Cette Joëlette servira également à nos actions de sensibilisation dans les écoles.

Nous comptons dans un 1^{er} temps organiser une « initiation Joëlette » au sein de chaque locale pour les futurs accompagnateurs. Ensuite, chaque mois

(de mars à octobre) nous organiserons 1 balade au sein de chaque locale. Ces balades seront encadrées par Michèle Schauss et Léon Tasquin qui font depuis 10 ans maintenant des séjours Joëlette en montagne avec Altéo, et qui auront d'ici là suivi la formation spécifique dispensée par Altéo.



Sachez également pour votre bonne information, qu'en fonction des capacités physiques et de pilotage des accompagnateurs, la Joëlette permet également la pratique de courses à pied, de randonnées très sportives, de trails, de trekkings, ...

Soyez cependant rassurés, sauf demande expresse de votre part, nous n'irons pas jusque-là !!!

Soyez cependant rassurés, sauf demande expresse de votre part, nous n'irons pas jusque-là !!!

NOTRE JOËLETTE NOUVELLE GÉNÉRATION « BLACK EDITION »

Comme vous pouvez le constater, la Joëlette « nouvelle génération » ne repose plus sur de grands pieds identiques à ceux des générations précédentes, et qu'il fallait enlever lors de chaque départ et remettre lors de chaque halte de façon à soulager les accompagnateurs.



Grâce à un système ingénieux, la Joëlette nouvelle génération pivote en fait autour de sa roue pour venir se poser sur 2 pieds très larges qui assurent sa stabilité à l'arrêt. La Joëlette à l'arrêt se trouve également à même hauteur qu'une chaise traditionnelle, ce qui permet un transfert beaucoup plus facile de la personne à mobilité réduite de sa chaise traditionnelle vers la Joëlette et évite d'inutiles manipulations pour les accompagnateurs.

Retour des vacances !

LES SÉJOURS D'ALTÉO VERVIERS

2018 – L'AUTRICHE, LOCALE DE PLOMBIÈRES

Une fois de plus, Liliane et Freddy nous ont concocté un beau voyage: en Autriche à Bad Gastein dans la région de Salzbourg.



Si le voyage a été long, il s'est passé dans la bonne humeur. Heureux d'arriver! Un hôtel 4 étoiles (s'il vous plaît!) nous accueille pour tout le séjour. Les repas succulents et variés ainsi que l'infrastructure au top nous permettent de nous relaxer un maximum; que ce soit à la piscine, au sauna, ... ou encore tout simplement dans le salon où ceux qui le souhaitent jouent aux cartes ou à l'un ou l'autre jeu de société. D'autres encore profitent des alentours pour partir en balade le long de l'eau ou, pour les plus téméraires, en gravissant des pentes plus ou moins fortes, voire même crapahutant, sous le bruissement agréable et reposant d'une belle rivière de montagne.



Le salon de l'hôtel mérite qu'on évoque des moments forts de ce séjour. Car nous sommes partis pendant la coupe du monde de football et plus d'un tenaient à



voir jouer nos p'tits Belges. C'est ainsi que le salon a été aménagé rien que pour notre groupe lors du match Belgique-France. La plupart s'étaient équipés des couleurs noir-jaune-rouge et créaient immédiatement une ambiance festive malgré la déception d'un match perdu. Un autre moment très attendu nous a également occupés pendant quelques heures

au salon: une soirée dansante animée par un groupe local a fait le bonheur des jeunes et moins jeunes qui avaient envie de faire la fête et de partager quelques pas de danse.

Entre ces moments de détente, nous avons eu le plaisir de découvrir la région par de petites excursions: une visite d'un musée de la mine et du traitement des minerais, une sympathique et pittoresque maison regroupant une panoplie d'objets et d'outils faits maison utilisés par les anciens, agrémentée de quelques anecdotes de leur vie rude dans la montagne. Nous sommes également passés par un magasin de bougies plus belles les unes que les autres et avons découvert la fabrication des liqueurs et alcools (que nous avons goûtés bien entendu) dans une petite distillerie. Certains en ont profité pour faire quelques emplettes.

C'est aussi lorsque nous avons passé un moment dans les villes alentours que certains ont ramené un souvenir de cette belle région des Alpes autrichiennes. Nous avons effectivement fait une halte à Salzbourg, la ville de Mozart, à Zell am See, le long du lac Zeller See et au centre de Bad Gastein; l'occasion aussi de boire un verre ou de manger une glace. C'est lors de ces visites que l'on a pu sentir le désir d'entraide dans le groupe.

Nous ne pouvions pas séjourner là-bas sans gravir des sommets et admirer de beaux paysages montagneux! Pour monter à Stubnerkogel à + de 2330m nous avons emprunté les télécabines. Pour arriver au plus près d'un des plus hauts sommets d'Autriche, le Grossglockner, c'est le car qui nous a emmenés. Là-haut, les pulis sont nécessaires. Sur les hauteurs, la neige emplît encore les creux. Chaque mouvement de tête nous fait découvrir des paysages verdoyants et magnifiques!

Que de beaux souvenirs et de belles rencontres, sous un beau soleil et dans une ambiance d'entraide conviviale!

DOSSIER

SÉJOUR À CALAIS DU 20 AU 27 JUILLET 2018

Nous avons quitté Verviers à 9h30, un arrêt à Champion et l'aire de Froyennes où les derniers vacanciers nous ont rejoint, 23 vacanciers et 12 volontaires. Après le pique-nique nous avons repris la route vers Calais.



Arrivée à 15h30', installation dans les chambres et première promenade vers l'estacade. Au programme diverses activités telles que : jeu de molkki, kubb, plage, karaoké, ateliers dessin, peintures. Découverte de Calais par un jeu de questions photos des différents monuments et bâtiments de la ville, des balades, visite du village Saint Joseph, navigation en bacôve dans les marais.



Très bonne ambiance malgré le soleil ardent. Rendez-vous en 2019.

Marie-José

SÉJOUR EN AUTOGESTION DANS UNE MAISON À COXYDE DU 07 AU 14 SEPTEMBRE

10 vacanciers et 5 volontaires ont participé à ce nouveau projet de Verviers. Chacun et chacune suivant leur possibilité ont apporté une aide pour les courses, dresser et débarrasser les tables, cuisiner.

Balade sur la digue, dans les dunes, visite des sculptures de sable, musée de la pêche, Goolfy, cuistax, calèche tel était le programme.



Voici le ressenti de nos vacanciers concernant cette semaine: change de la vie habituelle, agréable, familial, beaucoup de joies et bonheurs, ne regrettent pas d'être venus. Chacun est rentré heureux de cette expérience et rendez-vous en 2019.

Marie-José

ACTUS RÉGIONALES

ÇA S'EST PASSÉ

LA FERME À JUSERET, UN ENDROIT MAGNIFIQUE À (RE)-DÉCOUVRIR AVEC ALTEO ET EN FAMILLE !

En cet fin d'été 2018, j'ai vécu une semaine formidable à la Ferme du Monceau à Juseret. J'y suis allée en tant que bénévole ALTEO, mais j'étais également accompagnée de mes 3 filles (de 10 ans, 7 ans et 5 ans) et de ma maman, également bénévole ! Un séjour intergénérationnel dans un cadre enchanteur, avec des animateurs et des cuistots au top !

Je m'appelle Caroline et j'ai 38 ans. Je travaille à la Mutualité chrétienne de Verviers-Eupen depuis 2009 au service de coopération transfrontalière et européenne. Dès mon arrivée à la Mc, je me suis engagée en tant que bénévole à ALTEO.



Pas toujours facile de combiner mes envies de bénévolat avec nos projets familiaux puisque nous avons eu 3 filles, nées en 2008, 2011 et 2013. J'ai vite constaté qu'il était compliqué pour des personnes de mon âge de partir comme bénévole si l'on n'a pas un bon réseau de grands-parents et d'amis autour de soi qui peuvent aider à garder les enfants pendant qu'on part comme bénévole.

Lorsque mon collègue Francesco m'a demandé de l'accompagner au séjour à Juseret fin août, j'avais déjà participé à un autre séjour Alteo à St Antonin-Noble-Val (MCHP) début juillet et il m'était donc difficile d'y participer à nouveau vu la logistique familiale que mon absence implique.

L'idée m'est alors venue de demander à ALTEO Verviers s'il était possible que mes 3 filles de 10 ans, 7 ans et 5 ans m'accompagnent ainsi que ma maman (leur grand-mère), qui a travaillé toute sa carrière en enseignement spécialisé. Qui ne tente rien n'a rien ;-)

ALTEO Verviers a accepté la formule et Christine, ma maman, mes 3 filles, Noémie, Emilie et Manon, et moi nous sommes donc rendues fin août à la ferme du Monceau de Juseret.

J'étais très enthousiaste à l'idée de refaire un séjour ALTEO, tout en y intégrant cette formule intergénérationnelle où jeunes et moins jeunes, valides et moins valides se rencontrent et vivent toute une semaine ensemble.



L'expérience s'est très bien passée et a été très enrichissante ! Tant les vacanciers que les bénévoles et le personnel de la ferme ont été très ouverts à la présence de mes enfants. Nous avons pu assister à de vrais moments d'échanges et de connivence entre mes filles et les vacanciers. Notamment avec Claudette qui aimait beaucoup mes « *petites filles* » et leur chantait des contines ;-)

Le séjour à Juseret nous a permis de découvrir la vie à la ferme et d'apprendre beaucoup de choses : soins des animaux, traite des vaches et des chèvres, fabrication de fromage, de pain, de gâteaux, pressage des fruits, découverte du potager et de la ruche, filage de la laine, balade à dos d'ânes et de poneys, balade en calèche, ... toutes ces activités se sont faites par petits groupes et étaient encadrées par des animateurs très pédagogues et patients.

Ce fut vraiment une magnifique semaine ! Je remercie ALTEO Verviers d'avoir accepté cette formule novatrice qui fera de mes enfants des adultes plus ouverts et tolérants ... espérons que d'autres séjours de ce genre soient proposés à l'avenir.

Mes filles m'ont encore dit ce matin qu'elles voulaient repartir à Juseret l'année prochaine ;-)

À bon entendeur ... Caroline Glaude

ACTUS RÉGIONALES
ÇA S'EST PASSÉ

La locale de plombières

DÉPLACEMENT À NIEUPOORT LE 25 AOÛT 2018



52 sourires sont montés dans le car qui nous a conduits ce samedi-là à la Côte belge. Ouf, Ouf, cette année, nous n'avons pas dû faire face aux embouteillages sur le ring de Bruxelles. Il faut dire que la date de l'excursion était mieux choisie qu'en 2017 qui était englobée dans le week-end du 15 août. Le soleil et le vent nous ont tenu compagnie toute la journée. Comme toujours à la Saint-Bernard, la musique était de la partie dans toutes les rues et sur la digue de Nieuport. Le personnel du Sandeshoved, hôtel-restaurant dans lequel divers groupes ALTEO se rendent tout au long de l'été, nous a servi un bon petit repas chaud tandis que les desserts étaient à choisir individuellement au buffet. Au retour, après une halte au LunchGarden d'Evere, nous sommes rentrés à l'heure prévue à Plombières. Pour cette excursion, quelques nouveaux membres nous ont accompagnés.

Plus que 300 fois dormir avant de repartir à la mer en 2019 avec la locale d'ALTEO Plombières !

RENCONTRE RÉGIONALE DU 15 SEPTEMBRE 2018

Quelle ambiance à la salle Saint-Brice de Hombourg ce samedi de fête ! Malgré l'aventure malheureuse de la section de Verviers qui a attendu plus de deux heures un autocar d'un sous-traitant de la compagnie Léonard, le sourire était perceptible sur le visage des 130 participants de l'entité.



La messe a revêtu des allures de «*swing*» grâce à l'entrain de Mr le Curé qui n'a pas caché son envie de chanter du début à la fin. Merci à Jeanine, notre nouvelle dirigeante de chorale.

Le Prince Roger et sa suite attendaient impatiemment la bénédiction finale pour enflammer la salle. Avec les

pieds, les bras, les hanches, ils nous ont plongés dans l'ambiance du carnaval que nous aimons tant dans notre région. Nous avons même emporté chez nous un petit cadeau gourmand aux couleurs bleu/rouge des costumes du groupe.

Liliane et Léon, dans leur discours, ont rappelé la joie que nous avons tous d'appartenir à ce beau mouvement, ALTEO. Le Président régional nous a annoncé l'achat d'une joëlette qui permettra aux membres qui le souhaitent de déambuler facilement dans nos belles forêts et autres terrains accidentés.

Tarte au riz et aux pommes toutes fraîches à nous lécher les babines, café ont régalé nos amis.

Cet après-midi heureux motive la locale de Plombières dans l'organisation de l'événement. Merci pour vos mercis. Ce fut un réel plaisir.

BARBECUE AUTOMNAL 16 SEPTEMBRE 2018

Ce repas attire de plus en plus de monde. Est-ce pour sa qualité, son ambiance, son prix ? En tout cas, il est bon de rappeler que son bénéfice permet d'organiser des excursions à tarif réduit pour les membres d'ALTEO.



Familles, amis, au moins trois générations se sont retrouvées attablées autour des assiettes que les convives garnissent, comme d'habitude, à

leur gré. Gelato Farm nous a à nouveau régalé par la superbe glace locale de sa ferme à Teuven. La tombola a tiré au sort Marie-Claire et Aloys, adhérents de la section de Plombières, en tant qu'heureux gagnants d'une appréciable réduction sur le voyage de juillet 2019 en Picardie dont les inscriptions sont dès à présent ouvertes.

Léon, récemment élu Président de la Régionale verviétoise, était aussi présent, accompagné de sa «*joëlette*» qui fera, à l'avenir, dans les bois et sur les chemins escarpés, le bonheur de personnes à mobilité réduite.

Pour le BBQ de l'an prochain, y a-t-il quoi que ce soit à améliorer ? N'hésitez pas à en parler au Comité (Liliane, Freddy, Mireille, Dominique, Pierre-Joseph, Colette, Lucienne) ! Merci pour votre participation et votre aimable coopération.

Mireille

VŒUX

Liliane, Freddy, Mireille, Dominique, Pierre-Joseph, Colette et Lucienne vous souhaitent une très heureuse fin 2018 et se réjouissent de vous retrouver en 2019 dès la fête des Rois le 1^{er} samedi de janvier ! Jusque-là, portez-vous bien et prenez bien soin de vous.

La locale de Welkenraedt

LE 28 JUILLET : NOTRE ESCAPADE À BRUXELLES

Avant 9 heures, nous quittons la place de Welkenraedt en car avec Freddy. Plus de 40 personnes ont répondu à l'appel pour vivre une journée découverte. Il fait un peu moins chaud.

Au jardin botanique de Meise, sur 92 hectares, 18000 espèces de plantes et fleurs du monde entier s'ouvrent à nos yeux: roses, magnolias, orchidées, érables, conifères etc. etc...

La magie des lieux, le parc magnifique, les serres avec leurs cactus, bananiers, ananas, cacaoyers, que de plantes à admirer. Les sentiers et allées diverses ont laissé des traces dans nos jambes et nos pieds pour quelques jours, mais que de surprises.



Après un bon repas dans le beau palais de Bochout, Nous partons visiter le Parlementarium. Avec les explications des audioguides interactifs, nous découvrons l'évolution des pays européens après la guerre 40/45. Nous comprenons (un peu) mieux le fonctionnement du Parlement Européen et l'action des députés pour relever les défis d'aujourd'hui. Fatigués, mais satisfaits, nous rentrons à Welkenraedt

LE 25 AOÛT : NOTRE EXCURSION À HAN SUR LESSE

Nous sommes 47 au départ de Welkenraedt avec Jacqueline. À Han sur Lesse, nous montons dans le petit train avec lequel nous sillonnons sur 250 hectares la réserve d'animaux. Ils vivent là en toute quiétude dans cet écrin de verdure. Nous pouvons les approcher et les admirer.



Après une bonne heure au bon air, le repas de midi sera le bienvenu.

Après cela, oh surprise!! Visite de la Maison de la Vie Paysanne et des Métiers Oubliés. Impressionnants, ces personnages grandeur nature, les vieux métiers du bois, du cuir, du métal. Et tous ces outils récoltés, accumulés au

fil des années par Mr Baijot. Nous découvrons là 75 métiers animés par 130 mannequins plus vrais que nature. C'était cela... « le bon vieux temps »!!



ACTUS RÉGIONALES
ÇA S'EST PASSÉ

L'étincelle

TENNIS DE TABLE

Tak-tak-tak-tak-... imaginez le bruit que peuvent faire 4 balles de tennis de table en même temps dans une salle !

C'est le son réjouissant qu'on entend nos pongistes ce mercredi 10 octobre 2018, et ce dans les bons vieux bâtiments de la Mc, rue laoureux. Une solution qui se veut temporaire, en effet, le groupe devra quitter les anciens bâtiments vers de nouveaux horizons au 31 octobre.

Qu'il est agréable de voir ces sportifs du mercredi s'échanger des balles après ces 3 mois d'interruption. En tout cas, une seule chose à dire c'est que nous ne voudrions pas nous mesurer à eux, l'entraînement faisant effet.

Une chose est sûre, le tournoi annuel du TT Vervia (des éducateurs réunis) n'a qu'à bien se tenir, le club l'étincelle arrive pour tout rafler.



Marches

Cette année, les marches ont remporté un franc succès auprès des membres Altéo. En effet, avec une moyenne d'environ 15 marcheurs par date, les scores de l'année passées ont été pulvérisés.

C'est pas moins de 5 marches dans 5 lieux différents que notre Président Léon nous avait concoctées. Les fagnes de la Polleur, la Hoëgne, le bois de Bougnou, Bérinzenne ou encore le lac de Warfaaz étaient des destinations de choix pour nos marcheurs. Toutes se sont laissées accompagnées par un soleil parfois agréable, parfois de plomb mais en tout cas, la pluie n'était pas invitée cette année. Nous avons aussi eu l'occasion d'utiliser une Joëlette durant toutes les rencontres.

Nous espérons voir le groupe s'amplifier d'année en année, de date en date. Et si on essayait de doubler

le groupe? C'est très simple, si chacun vient avec un ami, qui vient avec un ami, qui vient ... on peut vite augmenter la taille mais surtout permettre à des personnes de découvrir et participer avec nous.

Toutes les photos sont disponibles sous ce lien: <https://www.flickr.com/photos/159553875@N05/albums/72157699681039515>

Désireux de participer aux prochaines activités? Contactez-nous! N'oubliez pas que pour les marches, un co-voiturage est toujours prévu à partir de l'hôtel Verviers. Les distances peuvent être revues en fonction des capacités de tous. La reprise sera prévue en avril avec le retour du beau temps.

Gardez tout ça à l'œil. Plus d'infos à venir.



Journée sportive EnéoSport

Le jeudi 4 octobre dernier, EnéoSport Verviers réalisait sa grande journée sportive. L'occasion de réunir une centaine d'ainés autour de la thématique du sport dans le centre sportif de Warfaaz. À cette occasion, Altéo Verviers a eu l'occasion de faire découvrir ce sport toujours fort méconnu, la Boccia. Une sorte de pé-

tanque adaptée, discipline des jeux paralympiques, qui se joue assise entre autre. Toutes les infos sur le site de la ligue handisport. Un vrai moment de plaisir partagé. (Re)découvrez cette journée sur la page Facebook de « Bougez Mieux, Bougez Plus Verviers-Eupen » (www.fb.com/BMBP137)

Animation « Fin de Vie »

Proposée par la locale de Plombières en collaboration avec Enéo,
le 28 Septembre 2018 à Régina, Moresnet-Chapelle



Le cahier « *Ecrire la Vie...pour l'Eternité* » est distribué aux 38 participants.

Il s'agit d'un fascicule pratique divisé en nombreux chapitres dont les principaux, « *personnes à contacter en cas d'urgence* », « *dossier financier* », « *dossier médical* », « *dernières volontés* » sont à compléter par chacun. Les divers chapitres nous invitent à penser à tout ce que nous devons aborder pour préparer notre grand départ, par exemple: souhaitons-nous bénéfi-

cier de l'euthanasie, régler la succession de notre vivant, écrire un testament olographe, nous faire inhumer, etc., etc.

Loïc, Jeanine et Isabelle nous rappellent que toute demande d'information auprès d'un notaire est gratuite, que les documents tels que les déclarations de volonté ou de don d'organes sont disponibles auprès de l'administration communale. De nombreuses questions/réponses sont partagées.

Pour illustrer le sujet, quelques extraits de la comédie de 2010 « *Et si on vivait ensemble* » avec la belle Jane Fonda, Pierre Richard, Guy Bedos, Claude Rich, Géraldine Chaplin sont visionnés.

Pour les adhérents qui n'ont pas pu participer à l'animation, la brochure est disponible au prix de 4 € auprès de Liliane HERZET Tél. 0479/53.6787.

Les Matins Malins d'Enéo et d'Altéo Verviers

LE CATHOLICISME & FIN DE VIE: QUELLE VISION ?
QUEL ACCOMPAGNEMENT ? QUELS RITES ?

En joignant l'utile à l'agréable (échanges, viennoiseries et café au menu), les conférences «*Matins Malins*» permettent de mieux comprendre les enjeux de société qui nous touchent, pour ensuite agir au mieux.



Autour d'un petit-déjeuner, notre invitée, Madame **Caroline Werbrouck**, aumônière

épiscopale pour le diocèse de Liège, développera avec nous ces questions dans une logique d'ouverture et de découverte mutuelle.

INFORMATIONS PRATIQUES

- **Quand?** Le jeudi 13 décembre 2018 de 9h00 à 11h30
- **Où?** Espace les Lainiers de la Mutualité chrétienne - rue Lucien Defays 77 à Verviers
- **Prix (petit-déjeuner compris)?** 2€ (1€ pour les membres de la Mutualité chrétienne)
- **Inscriptions:** les places étant limitées, l'inscription est obligatoire:
 - via Altéo au 087/30.51.47 ou alteo.verviers@mc.be
 - via Enéo au 087/30.51.29 ou eneo.verviers@mc.be (pas message vocal !)

ACTUS RÉGIONALES

Journée portes ouvertes de la Mc

Ça y est, après vous avoir parlé du déménagement, après un dossier dans l'AltéoMag sur celui-ci, après des photos, des articles, des mails, ... il était grand temps d'inaugurer les nouveaux bâtiments de la Mc de Verviers.



Le week-end des 5 et 6 octobre fut rempli de joie, d'émotions et de bonne humeur au 77 rue Lucien Defays. En effet, le vendredi soir, les collaborateurs de la Mc ainsi que directeurs et autres politiques étaient invités à l'inauguration des nouveaux bâtiments. C'est à coups de coupes, amuses bouches et discours que la soirée s'est déroulée, l'occasion de donner une dimension officielle à notre emménagement.

Mais ce week-end n'aurait pas été le même si n'avions pas eu la journée portes ouvertes au grand public, aux membres. L'occasion pour tous de découvrir ce que cache vraiment les différents métiers de la Mutualité chrétienne de Verviers-Eupen, de se promener dans les couloirs initialement destinés aux collaborateurs et surtout de se laisser porter par la multitude d'activités qui étaient proposées lors de cette journée. Parcours PMR et défi tennis de table pour Altéo. Château gonflable, grimage et bricolage pour J&S. Zum-bagold, mamies conteuses pour Enéo. Sans oublier le photomaton, la roue aux cadeaux, ateliers chants, ... de quoi ravir les grands et les petits.

Pour couronner le tout, un petit casse-croûte préparé par Vicky, de délicieux Tacos ou encore des desserts par Croc'espace.

Et c'est avec un sourire jusqu'aux oreilles, des papilles bien comblées que nous prenons le temps de vous dire merci.

Affiliation Altéo 2019

POUR PARTICIPER AUX ACTIVITÉS ET AUX SÉJOURS, IL EST NÉCESSAIRE D'ÊTRE AFFILIÉ À ALTEO. POUR L'ANNÉE 2019, LE MONTANT DE L'AFFILIATION RESTE INCHANGÉ.

1. Pour les membres des sections locales : les responsables de vos comités vous informeront en temps voulu.
2. Pour les volontaires, les membres des groupes à thème, les personnes du groupe Invalides et les participants aux séjours : l'affiliation de 7,00 € est à verser sur le compte : Alteo Verviers au n° BE82 7785 9082 8368 en mentionnant dans la communication : « *nom, prénom, affiliation 2019* ».

Vous êtes intéressés par nos activités et n'avez jamais été inscrits dans un de nos groupes ou une de nos sections ? N'hésitez pas à nous contacter au bureau régional au 087/30.51.47 ou par mail alteo.verviers@mc.be

Merci de vous mettre en ordre rapidement !
Seules les personnes en ordre d'affiliation recevront le magazine trimestriel AltéoMag.

APÉROCHAPO

Le 26 août dernier, les mouvements Altéo et Enéo tentaient la rencontre de la diversité comme solution à la discrimination.



Les apérochapos se suivent mais ne se ressemblent pas. En effet, c'est sur le festival de Fiesta City que la régionale de Verviers a réalisé le sien. Au programme, des concerts, des chapeaux, des boissons, de la bonne humeur et surtout de la diversité.

Une manière pour nous de dire que la diversité c'est tout simplement **OUI!!!** La rencontre de la diversité a un réel impact positif sur les comportements discriminants:

- Elle diminue nos préjugés, nos peurs, ...
- Elle fait tomber les cases dans lesquelles nous sommes parfois enfermés
- Elle permet de découvrir ce qui nous réunit...

Parce que nos ressemblances sont plus nombreuses et pertinentes que nos différences, la diversité c'est OUI... tout simplement!

Pour revivre en partie cet événement rendez-vous:

- Sur notre page Facebook ([altéo.verviers](https://www.facebook.com/altéo.verviers)) afin de retrouver les photos publiées le 31 août (<https://www.flickr.com/gp/159553875@N05/Fr1Cvs>)
- Sur YouTube, tapez simplement « Apérochapo Verviers » sur YouTube ou Google et savourez la vidéo 8min26 de pur bonheur!

Des choses à dire sur la discrimination, sur l'apérochapo, une expérience à partager? une seule adresse verviers@aperochapo.be!



600 FANS!

La page Facebook « *altéo.verviers* » a atteint 600 fans! Le moment de prendre une pause pour vous dire 600 fois merci! Maintenant objectif 750, vous pensez qu'on en est capable? Et si tout le monde invitait un ami à rejoindre la page, nous y serions vite... Pari relevé, on fait le bilan au prochain AltéoMag!

L'ÉQUIPE D'ALTÉO VOUS SOUHAITE SES MEILLEURS VŒUX POUR 2019!

MENU DE BONNE ANNÉE

De belles coupes de sourires
Quelques éclats de rires
Une grande cuillère de gentillesse
Quelques grains de tendresse
Une bonne pincée d'affection

Des poignées d'or et d'argent
un maximum de réussite
Saupoudrer de gaieté
Faire mijoter avec douceur
Servir joyeusement

EN IMAGES

JOURNÉE RÉGIONALE PLOMBIÈRES



PORTES OUVERTES DE LA MC



EN IMAGES

VACANCES



SECTIONS LOCALES



AGENDA



	ACTIVITÉ	DATE	LIEU	INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES
ACTIONS CITOYENNES Volontariat				Bureau Altéo Verviers 087/30.51.47 alteo.verviers@mc.be
Animations	Petits déjeuners malins	13 décembre	Espace les Lainiers de la MC	Bureau Altéo Verviers 087/30.51.47 alteo.verviers@mc.be
LOISIRS Section «Jeunes»	Activités À préciser			Bureau Altéo Verviers 087/30.51.47 alteo.verviers@mc.be
Locale de Plombières	Rencontre-goûter Fête des Rois Jeux et Kaffeeklatsch Jeux et Kaffeeklatsch Jeux et Kaffeeklatsch Jeux et Kaffeeklatsch Pâques	12 décembre 5 janvier 9 janvier 13 février 13 mars 10 avril 13 avril	Salle du tir - Plombières	Liliane Herzet 087/78.77.94 0479/53.67.87
Locale de Verviers	Messe de Noël Crêpes Décorations Pâques Pâques	22 décembre 9 février 16 mars 13 avril	Salle Chapuis de la MC	Alice Didden 087/54.12.51 Marie-José Didden 087/68.78.47 0471/85.11.23
Locale de Welkenraedt	Réunion mensuelle fête de Noël messe + animation Sœur cacahuète Messe Réunion mensuelle	19 décembre 22 décembre janvier février mars	Au local de la section	Jeanine Kerff 0496/83.25.43
SPORTS	Tennis de table	Chaque mercredi de 18h à 20h		Bureau Altéo Verviers 087/30.51.47 alteo.verviers@mc.be

*On ne gère pas
une dépression avec
une citation et
une photo de chatons.*



180€
de consultations psy
remboursés

Rembourser des consultations psy quand vous avez besoin de soutien. Pour nous, c'est ça la solidarité.

Plus d'infos sur mc.be/psy

