

LE 107: OFFRIR UNE PRÉSENCE

Besoin de parler ? Appelez le 107. Six centres d'écoute de Télé-Accueil répondent par téléphone à ce numéro d'appel gratuit, 24h/24 7j/7. Lien, perte, deuil... au bout du fil, quelqu'un à qui parler en tout anonymat.

Interview de Marianne Maas, Psychologue-formatrice à Télé-Accueil Liège.



© AdobeStock

Pourquoi le service 107 existe-t-il ?

Le premier centre d'écoute a été créé en 1953 par Chad Varah, pasteur anglican face au taux important de suicide après la seconde guerre mondiale. Il a publié un encart dans le journal avec son numéro de téléphone. Au vu du nombre d'appels, il a dû s'entourer d'écouterants. Télé-accueil a succédé à cette initiative de prévention du suicide. Au fur et à mesure, le service est devenu généraliste pour répondre à la multiplicité d'appels. Le 107 est à l'écoute de toute personne qui ressent le besoin ou l'envie de parler, quelles que soient ses préoccupations. L'idée est d'être là 24h/24, au moment où la crise arrive. Cet espace de parole permet d'énoncer d'une fragilité sans être réduit à quelqu'un de fragile, de pouvoir dire ici et maintenant son vécu émotionnel en tout anonymat.

Quelles sont les difficultés à propos du handicap et de la maladie ?

Elles portent souvent sur la question du deuil, des pertes à propos de certaines capacités, de rêves ou de trajectoires interrompus. C'est important de respecter le rythme de la personne

dans son chemin pour apprivoiser sa nouvelle vie suite à un diagnostic, un handicap ou un accident.

Elle peut dire la mesure que les difficultés prennent dans sa vie malgré les années, ce qui a été mis en place, les aides professionnelles et l'amour de ses proches. C'est parfois compliqué de l'énoncer à ses proches car quand est un proche, on se dit «Qu'aurais-je du faire de plus ou autrement?».

Les préoccupations portent aussi sur la manière de recréer du lien.

Quelle aide peut être apportée ?

C'est une écoute. Elle permet à l'appelant de mettre des mots sur son vécu, ses envies, ses craintes, ses espoirs, le laissant expert de son vécu. Il s'agit de l'accompagner sans lui prendre son pouvoir d'action.

Plus d'infos : <https://teleaccueil.be>

Quelques chiffres :
→ 300 écoutants
→ 350 appels/jour
→ 101.000 appels accueillis/an

QUI DÉCROCHE ?

Des bénévoles formés et encadrés par des professionnels.

Leur formation aborde des thèmes comme la crise suicidaire, la violence conjugale, la psychose. Un temps est aussi prévu individuellement avant d'accompagner les appelants. Un chat en ligne (13h-3h) existe aussi.



LE VOTE POUR TOUS: ENTRE CHOIX ET DROITS

Dans le cadre de la campagne « Et toi, comment tu votes ? », Altéo s'est associé à Unia, Inclusion asbl et Esenca pour organiser la conférence-débat « Le vote pour tous : entre droits et choix ». Comment accompagner au mieux les personnes en situation de handicap ? La question était au cœur des échanges ce 9 décembre à Créagora à Namur.

Chaque année, Altéo lance une campagne de sensibilisation afin d'éclairer le grand public sur des enjeux cruciaux de société. Initiée depuis 2023, la campagne « Et toi comment tu votes » concerne la compréhension des programmes électoraux en prévision des élections de 2024. Les décisions politiques jouent un rôle important dans la vie quotidienne de tout le monde. L'objectif de la campagne est de mettre en évidence ces enjeux pour voter selon son choix.

« ZOOM » SUR LA CONFÉRENCE-DÉBAT

La conférence visait à répondre aux questions liées à la compréhension des programmes électoraux. Pour voter il faut d'abord comprendre le système politique belge, ce qui peut être complexe, notamment pour les personnes en situation de handicap.

La conférence a également abordé la question centrale de l'accompagnement des proches de personnes en situation de handicap et de maladie de longue durée lors du vote. Monsieur Baudouin Pourtois, conseiller juridique spécialisé en matière de handicap, a pu apporter toutes les références légales en la matière.

L'asbl Inclusion a présenté des outils pour aider les personnes en situation de handicap intellectuel à se préparer aux élections. L'association Unia a quant à elle exposé les résultats d'une étude sur les difficultés rencontrées



et les améliorations possibles pour favoriser l'exercice du droit de vote. Esenca a également présenté ses outils et initiatives sur le sujet.

L'événement a constitué une plateforme essentielle pour aborder ces questions importantes et promouvoir une participation éclairée de tous les citoyens. Que dit la loi, quelles questions se posent, quelles avancées envisager encore... ? La conférence s'est clôturée par un temps d'échange riche et éclairant sur les questions et réalités de l'auditoire présent.

La vidéo en ligne !

Retrouvez la vidéo de la conférence sur alteoasbl.be ou sur la chaîne YouTube Altéo.

DES VACANCES EN OR GRÂCE AUX VOLONTAIRES PASSIONNÉS!

La brochure vacances 2024 est arrivée! Altéo propose 40 séjours exceptionnels! De la Belgique à l'Italie, de la mer à la montagne, du vélo au farniente... Chacun y trouvera sa place!

Partir en vacances peut être une aventure palpitante, mais pour de nombreuses personnes en situation de handicap et de maladie, cela peut représenter un défi. C'est pourquoi Altéo a à cœur de préparer des séjours accessibles avec le plus grand soin. Des infrastructures aux activités, tout est prévu pour que chacun puisse en profiter selon ses capacités.

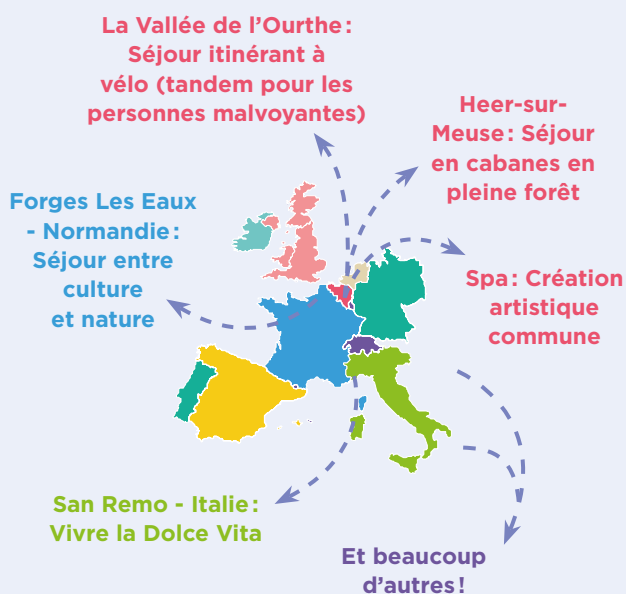
LAURENT, VOLONTAIRE, ORGANISE SON PREMIER SÉJOUR



Faites chauffer les mollets!

«Une collègue à la MC m'a parlé des séjours Altéo et de la richesse de cette expérience. Cela m'a fortement intrigué et attiré. Je me suis alors lancé comme volontaire. Après avoir participé à plusieurs séjours jalonnés de découvertes, de rencontres et d'expériences inoubliables, j'ai réussi à embarquer mon épouse dans cette aventure et avons décidé de lancer le nôtre. Etant sportifs, nous avons proposé un séjour vélo dans la belle région de la vallée de l'Ourthe, vallée de mon enfance.»

DES SÉJOURS EN BELGIQUE ET À L'ÉTRANGER: AVANT-GOÛT



DES VOLONTAIRES AU CŒUR DES SÉJOURS

Quel que soit le séjour, les vacanciers sont accompagnés par des volontaires formés. Ils organisent des activités sur-mesure, garantissant que chaque participant puisse profiter pleinement de l'expérience.

Ces séjours sont aussi une opportunité de créer du lien. Les volontaires jouent un rôle clé dans la création d'une atmosphère chaleureuse et inclusive. Ils favorisent l'esprit de communauté, encourageant les vacanciers à partager des moments uniques.

En mettant en avant l'accessibilité, l'inclusion et les échanges, les séjours Altéo ne sont pas seulement des vacances, mais ils sont aussi et surtout des moments de vie qui résonnent bien au-delà de la destination.

Demandez la brochure vacances 2024 ou consultez-la sur alteoasbl.be.

Plus d'infos: dos de la brochure ou 02/246.42.26 info@alteoasbl.be



© Pierre-Laurent Barroo

ELECTIONS: MEMORANDUM

LES PRIORITÉS D'ALTÉO POUR UNE BELGIQUE SOLIDAIRE ET INCLUSIVE

En 2024, les belges iront voter deux fois. Avant chaque élection, Altéo détermine les mesures à mettre en place en priorité pour les prochaines années. Ce dossier est consacré aux élections régionales et fédérales. Quelles sont les priorités d'Altéo et comment ont-elles été choisies ? Présentation



© AdobeStock

LES ÉLECTIONS, UN MOMENT IMPORTANT POUR TOUS LES CITOYENS.

Le 9 juin 2024, nous allons choisir nos représentants aux Parlements des régions wallonne, bruxelloise et flamande, de la Communauté germanophone et de l'Etat fédéral. Les élections européennes auront lieu le même jour. Petite précision pour la Communauté française: il n'y a pas d'élection directe de son parlement. Ce sont une partie des élus francophones des parlements wallon et bruxellois qui sont désignés. Ces personnes font alors partie de deux parlements.

Le 13 octobre 2024, se tiendront les élections communales et provinciales. Un article à lire dans un prochain numéro!

Après les élections, les nouveaux gouvernements pourront se former. Chaque gouvernement décidera de son programme pour les 5 ans à venir (2024-2029).

Les élections sont donc un moment important pour faire entendre la voix des personnes en situation de handicap ou de maladie de longue durée. Pour Altéo, c'est l'occasion d'informer les candidats et ensuite les parlementaires élus et les nouveaux gouvernements.

« ET TOI, COMMENT TU VOTES? »

En 2023, notre campagne annuelle de communication vers le grand public avait comme slogan « Et toi, comment tu votes? ». Elle a mis l'accent sur la préparation au vote et l'importance de se renseigner avant de faire son choix.

Altéo a publié une brochure en français facile pour aider les personnes ayant des difficultés de compréhension à se préparer pour les élections.

EXTRAIT DE LA BROCHURE « PRÉPARATION DES ÉLECTIONS EN FRANÇAIS FACILE »



Le vote est un droit très important en Belgique.

La Belgique est une « démocratie ». « Démocratie » veut dire: le peuple décide.

Le gouvernement d'un pays décide de beaucoup de choses.

Il ne peut pas toujours demander l'avis de tous les citoyens.

Par exemple lorsque des nouvelles lois sont nécessaires.

C'est pourquoi nous choisissons des personnes, qui vont parler pour nous.

Ce sont nos représentants.

Ils vont travailler dans les parlements et les conseils.

Ensemble, ils prennent des décisions et font ensuite des lois.

Je dois bien réfléchir:

- qui peut me représenter au mieux et
- pour qui vais-je voter?



CONSTRUCTION DU MÉMORANDUM D'ALTÉO

« Mémorandum », un mot que les personnes s'intéressant à la politique connaissent bien. En 2024, il va y en avoir beaucoup ! Les associations, mutuelles, fédérations d'entreprises, syndicats et bien d'autres ont rédigé le leur.

Un mémorandum est un document qui vise deux objectifs :

- Externe: faire connaître nos positions sur différents sujets aux partis politiques, aux gouvernements, aux partenaires d'Altéo.
- Interne: regrouper nos priorités politiques pour les prochaines années dans un document. Cela sert de guide quand l'avis d'Altéo est demandé.

Les membres d'Altéo ont travaillé pendant plusieurs mois pour déterminer les priorités du mouvement pour les 5 prochaines années.

Nous avons travaillé en plusieurs étapes :

- 1° Document de travail
- 2° Organisation de groupes de travail pour proposer des revendications sur plusieurs sujets.
- 3° Réunion commune des commissions inter-régionales « politique » et « accessibilité et mobilité ». Les membres de ces commissions ont choisi des priorités parmi toutes les revendications proposées par les groupes de travail.
- 4° Rédaction d'un projet de texte « Mémorandum sur les priorités d'Altéo »
- 5° Relecture et avis de chaque régionale
- 6° Décision du Conseil d'administration sur le texte du Mémorandum et les priorités d'Altéo en novembre 2023.

A chaque fois, les réalités de vie des personnes en situation de handicap et de maladie de longue durée constituent le point de départ des étapes de travail.

COUP DE PROJECTEUR : QUELQUES PRIORITÉS D'ALTÉO POUR LES RÉGIONS WALLONNE ET BRUXELLOISE ET LE FÉDÉRAL

→ ACCESSIBILITE

Lutter contre la fracture numérique pour des services publics et d'intérêt public accessibles à tous



Altéo demande à tous les niveaux de pouvoir et dans toutes les compétences de garantir le respect de ces droits pour tous les citoyens :

- droit à une alternative au tout numérique (téléphone, guichet, document papier) sans surcoût et facilement accessible
- droit à une information et à des services numériques adaptés et accessibles
- droit à être accompagné et formé à l'utilisation du numérique.

→ AUTONOMIE

Rendre possible pour les personnes en situation de handicap ou de maladie de longue durée une réelle liberté de choix de leur lieu de vie



Altéo demande aux régions et au fédéral d'élargir l'offre de services et la diversité des solutions pour permettre aux personnes de vivre dans un lieu (individuel ou collectif) qui répond à leurs besoins et correspond à leur choix de vie.

→ MOBILITE

Développer des transports publics accessibles à tous et permettant de se déplacer en autonomie sur tout le territoire



L'accessibilité doit être prévue à tous niveaux :

- Physique (gares, arrêts, véhicules...)
- Communication (personnel présent en gare ou à bord, site internet, horaires...)
- Financier.

L'offre de transport public doit être pensée de manière globale et complémentaire. Les transports en commun devraient répondre à la grande majorité des besoins.

Là où ils ne peuvent pas répondre à toutes les demandes, une offre alternative devrait être proposée, notamment auprès des personnes à mobilité réduite.

→ SANTE

Améliorer l'accessibilité financière des soins avec une attention particulière pour les maladies rares



© AdobeStock

De trop nombreuses personnes reportent ou se passent de soins médicaux par manque de moyens financiers. Différents moyens doivent être mis en œuvre pour y parvenir.

→ RESSOURCES FINANCIERES

Permettre aux personnes en situation de handicap ou en incapacité de travail d'avoir une vie décente en augmentant les montants minimum des revenus de remplacement



© AdobeStock

Pour avoir une vie décente, il faut disposer de ressources financières qui permettent de couvrir les besoins de base mais aussi tout ce qui permet d'être des citoyens à part entière, d'exercer ses droits, d'avoir une vie sociale, économique et culturelle.

Altéo demande que les indemnités minimales d'incapacité de travail et d'invalidité et les montants minimum des allocations pour personnes handicapées soient augmentés pour

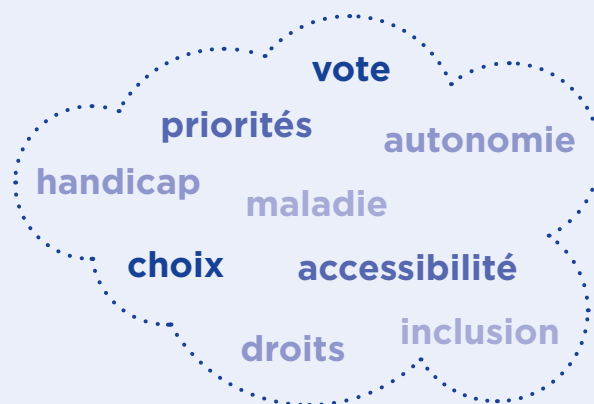
permettre aux bénéficiaires d'avoir un niveau de vie décent.

→ PRATIQUE DU SPORT

Altéo défend la pratique du «sport loisir» pour les personnes en situation de handicap ou de maladie de longue durée.



Altéo demande une mise en accessibilité des infrastructures sportives. Il faut aussi améliorer l'accessibilité des créneaux horaires destinés au sport adapté. Les personnes malades ou en situation de handicap travaillent aussi. Les créneaux en journée ne sont donc pas toujours adaptés.



En savoir plus :
Pour découvrir toutes les priorités d'Altéo, rendez-vous sur le site internet alteoasbl.be ou demander un exemplaire papier à votre régionale.

DU FUN ET DU FOND AVEC **CLAUDE FRANÇOIS**

.....
Le spectacle solidaire, c'est 20 ans de solidarité et de soutien aux projets d'Altéo. Pour cette édition, c'est l'humoriste *Claude François* que l'on retrouve sur scène au Centre Culturel de Ciney dans son spectacle « *Y'a d'la joie bordel* », le 14 mars. Née en 1978, année de la mort de l'illustre chanteur homonyme, Claude François est bel et bien belge mais ni un homme ni une chanteuse.

© Christelle Anceau



Vous invitez le spectateur à rire de nous. On est trop sérieux dans la vie ?

La société est trop sérieuse et on se prend bien trop au sérieux. La joie a un peu quitté le devant de la scène. Il y a un effort individuel et collectif à accomplir face au constat que la société reflète davantage le mot bordel que joie.

Quel message souhaitez-vous faire passer ?

Ce spectacle nous invite à prendre un peu de distance pour rire de nos comportements qui nous éloignent de la joie. C'est donc un spectacle qui fera réfléchir!

La joie de vivre est un terrain qui se cultive au quotidien. Aujourd'hui, c'est même devenu un acte révolutionnaire.

Quels sont les moments du quotidien que vous caricaturez ?

A toute heure de la journée, on se laisse impacter par l'énergie ou l'humeur des autres. Cela commence au déjeuner, et se poursuit en rue, avec les collègues, dans les transports en commun...

On ira faire un tour dans le supermarché, véritable microcosme. Je parle du passage de l'en-

fance à l'adulte avec tout ce qu'on s'est promis de devenir. Et toutes les règles pour tout: ce qu'on doit dire, comment se comporter, ce qu'on doit représenter... Chacun pourra se reconnaître!

La différence et l'inclusion sont-ils abordés dans le show ?

Ils sont en filigrane de la pièce car je parle d'amour de soi, du fait d'oser être pleinement soi sans devoir correspondre au diktat sociétal ou à ce que les autres attendent de nous. Dans la vie, on colle un tas d'étiquettes aux gens alors que la norme est l'ensemble qu'on forme, c'est une richesse. Ce qui m'intéresse, c'est l'angle humoristique qui permet d'appréhender notre relation aux autres. Du fun et du fond!

Comment passe-t-on de l'entreprise à la scène ?

Un jour, un chef d'entreprise me dit: « Tu parles souvent de la joie dans tes formations, j'aimerais que tu donnes une conférence sur le thème ». C'est là qu'est venue l'idée d'en faire un spectacle. J'ai écrit un texte et me suis adjoindé les compétences d'un metteur en scène. On y va par essai-erreur (rires). Il faut parfois le déconstruire avant de l'adapter à la scène.

En pratique :

Judi 14 mars à 20h au Centre culturel de Ciney.

Prix : 17 € (1,25 € Article 27).

Contact : namur@alteoasbl.be.

Inscriptions : mc.be/spectacle-solidaire