

2023



Rapport social ALTÉO

Altéo



equal.brussels SERVICE PUBLIC RÉGIONAL DE BRUXELLES

SOMMAIRE

CONCLUSIONS ET PERSPECTIVES	20
------------------------------------	-----------

Édito

Une construction collective à chaque jour renouvelée

Le rapport social est le bon moment pour jeter un coup d'œil sur ce qui s'est passé lors de l'année écoulée. Autant le quotidien semble ne pas avancer, autant la rétrospective des actions mises en route ou déjà accomplies nous prouve qu'Altéo est vraiment un Mouvement en marche. Cela nous fait du bien de le constater ! Nous vous laissons le découvrir dans la partie « Vie associative ».

Nous avons tous besoin de reconnaissance et de nous reconforter les uns les autres mais aussi de témoigner de nos différences, de débattre, de confronter éventuellement nos visions. C'est cela aussi Altéo : ce que nous faisons, nous l'avons pensé et nous le « co-construisons » ensemble, de manière participative et égalitaire, dans un objectif final d'inclusion.

C'est ainsi qu'à peine désignés par l'Assemblée générale, les membres du Conseil d'administration se sont attelés à de gros dossiers, certains plus complexes que d'autres. Une bonne préparation en amont (en groupes de travail mêlant professionnels et volontaires ainsi qu'une aide en régionale, une attention particulière à la pédagogie des exposés, de nombreux débats ouverts et bienveillants, un accent mis sur le sens des décisions à prendre) a permis aux nouveaux administrateurs de prendre peu à peu leurs marques. Ce n'est pas rien : personne ne « naît » administrateur et que ceux qui ont fait un premier pas en 2022 soient ici remerciés pour ce nouvel investissement. Vous pourrez apprécier l'étendue des sujets traités dans la partie « Conclusions » de notre Secrétaire générale, Geneviève Routier.

Que serait Altéo sans ses régionales et bien sûr ses locales ? Les membres du Bureau (Présidence et Vice-présidence) ont parcouru quelques kilomètres ces derniers mois pour écouter les membres des Comités régionaux, porter les points d'attention et relayer les messages de part et d'autre. C'est bien entendu toujours un plaisir de faire de belles rencontres : il y en a eu beaucoup et partout, merci à tous ! Mais au-delà, ce furent aussi quelques moments forts à propos de difficultés vécues sur le terrain de la régionale rencontrée. Nous avons aussi vibré avec les régionales au gré des projets mémorables ou partagé le plaisir d'être ensemble et admiré tout simplement les ressources mobilisées au jour le jour pour assurer des services inclusifs ou des activités intéressantes pour tous les membres. Nous vous invitons à découvrir quelques projets phares à travers le Rapport social.

2024 l'année de la fin de grands chantiers ? Les revendications politiques en matière d'inclusion, le plan stratégique, la nouvelle stratégie de communication, la collaboration avec la MC, etc. ? Gageons que nous en aurons encore une bonne part à construire ensemble et que l'histoire est loin d'être terminée.

Il nous reste à vous dire merci, merci d'être là, de partager de bons moments avec nous et surtout de construire tous ensemble et un peu plus chaque jour, la société inclusive de demain.



Christine Franckx
Présidente

En quelques chiffres

EN QUELQUES CHIFFRES

Altéo s'intéresse à la société, sa spécificité est d'être généraliste avec une action multisectorielle grâce à une composition en 5 secteurs : Sport, Vacances, Accompagnement & Transport, Politique, Entraide & Solidarité.

C'est ce qui fait la force du Mouvement et le place comme incontournable aujourd'hui dans le paysage des services, loisirs et Mouvement de droit et défense des personnes en situation de handicap ou de maladie de longue durée parmi les organismes en Région wallonne et à Bruxelles. Au-delà, trois thématiques prioritaires sont développées avec le nouveau projet social de l'asbl : autonomie, accessibilité et lien social.

Altéo peut se targuer d'une action significative et veut mettre en avant ses atouts à travers une action complète menée par et pour les membres, soutenue par les permanents de l'asbl.

L'ACTIVITE ALTÉO SOUS LA LOUPE :

- Une offre diversifiée de séjours en Belgique et à l'étranger avec 34 séjours adaptés. Grâce à plus de 273 volontaires accompagnants, 702 vacanciers sont partis en vacances.
- Un service transport unique, doté d'une offre d'accompagnement, auprès de plus de 6.500 personnes grâce à 400 volontaires aidés par 80 volontaires à la gestion des appels téléphoniques ; ce qui représente 73.000 missions et un total de 2.500 000 km parcourus.
- Un secteur Sport représenté par 280 volontaires et un éventail de 23 sports adaptés à la carte, permet à 1.200 membres de pratiquer régulièrement des activités sportives adaptées.
- 12.118 membres. Altéo est une force en mouvement. Faire bouger la société, revendiquer, se mobiliser... c'est aller de l'avant, inventer aujourd'hui la société de demain.
- Plus de 1.137 volontaires actifs dans les différents secteurs et les instances du mouvement, avec 45 sessions de formation de base, soutenus par une équipe de 98 permanents.
- Altéo est impliqué dans de nombreuses associations pour défendre l'inclusion avec 29 mandats au sein de différents organismes : MC, SOLIVAL, CAWAB, FéMA, FESEFA, AVIQ, BDF, ...

En brisant l'isolement, en amenant les membres à collaborer, à s'investir, à se dépasser et à se réinventer, Altéo contribue à leur bien-être. Une dynamique rendue possible grâce à l'investissement de nombreux volontaires.

Vie associative

Cette année, le nouveau projet social d'Altéo -véritable feuille de route-, a marqué le mouvement en profondeur. Une série d'activités qu'on ne compte plus vient alimenter la vie de l'asbl à destination des personnes en situation de handicap et de maladie de longue durée. Mais cette année, Altéo est aussi parti en campagne pour étoffer sa base de volontaires. A l'approche des élections, la campagne d'éducation permanente « Et toi, comment tu votes ? », quant à elle, visait à faciliter la compréhension des élections, enjeu majeur au sein d'une démocratie. Il est temps par ailleurs de poser les premiers jalons du Mémorandum 2024 au départ des réalités de terrain. Tandis que le secteur Accompagnement & Transport a poursuivi sa route vers une harmonisation avec la venue du programme "Simone", "Vous avez dit Simone ?"

" Osez croire en vous ! " : une campagne de recrutement de volontaires

Une société où chacun est pleinement inclus et voit ses capacités reconnues, tel est le combat quotidien d'Altéo ! Le mouvement a été fondé afin d'offrir aux personnes en situation de handicap et de maladie de longue durée les moyens de prendre elles-mêmes leur destinée en main. Mais c'est grâce à ses 1.200 volontaires qu'Altéo développe son action d'entraide et de solidarité à destination de ses 12.000 membres en Wallonie et à Bruxelles. Sans eux, Altéo n'existerait pas !

Pour consolider sa base, une importante campagne de recrutement de volontaires, « Osez croire en vous ! », a vu le jour en 2023. Tambour battant, la campagne s'est déployée à travers toute la Wallonie et à Bruxelles, depuis son lancement en mars !

De nombreux outils ont été déployés :

- Un stand original
- Des séances d'informations collectives
- Des passes-têtes pour faire une photo originale
- Une vidéo originale sur les différents types d'investissements au sein du mouvement
- Un concours sur les réseaux sociaux
- L'action bouche à oreilles via la distribution de cartes postales.

Grâce à la mobilisation de chacun, la campagne a permis de toucher directement plusieurs centaines de personnes via les différents canaux (actions de terrain, presse, réseaux sociaux, plateforme...).

En tout, plus de 300 personnes ont montré leur intérêt et actuellement plus de 95 personnes ont déjà franchi le cap de devenir volontaires. Que cela soit pour apporter



une aide ponctuelle ou récurrente, ces personnes qui partagent les valeurs d'ouverture à l'autre, d'égalité, de solidarité et de respect, ont décidé de participer au projet du mouvement.

S'engager chez Altéo, c'est s'engager dans un projet à multiples facettes. Il existe divers types de volontariat au sein du mouvement : l'accompagnement et le transport de membres vers un lieu de soin ou de loisir, l'accompagnement des membres lors d'un séjour de vacances en groupe, l'animation d'activités sportives adaptées, la mise en place d'activités locales et régionales ou d'activités citoyennes ainsi que la défense des droits et des intérêts des personnes en situation de handicap et de maladie de longue durée. Bref, il existe un volontariat pour chacun !

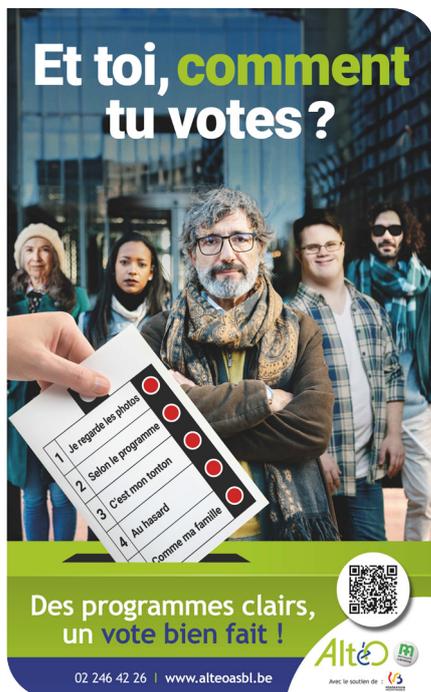
Rejoindre Altéo, c'est agir ensemble en faveur d'une société plus inclusive.

A découvrir :

- [la vidéo de la campagne](#)
- [le folder de présentation](#)
- [l'affiche générale de la campagne](#)
- plus d'infos sur www.alteoasbl.be, rubrique [volontariat](#)

Campagne "Et toi, comment tu votes ?"

La campagne annuelle en éducation permanente d'Altéo, axée cette fois sur la compréhension des programmes électoraux en vue des élections de 2024, a cherché à éclairer les citoyens sur l'impact des choix politiques sur leur vie quotidienne. Le constat initial met en lumière la méfiance généralisée envers les politiques, alimentée en partie par la complexité des programmes électoraux, un problème exacerbé au sein d'Altéo.



36% ont des difficultés pour voter

Une enquête par questionnaire menée par Altéo auprès des membres en septembre 2023, montre que 36 % des personnes sondées ont des difficultés pour voter et plus d'un tiers d'entre elles attribuent cette difficulté à la compréhension des programmes politiques. Pourtant, ce sont les décisions politiques qui impactent notre existence au quotidien.

L'analyse d'Unia en 2020 va dans le même sens et souligne plusieurs obstacles à la compréhension des programmes politiques, notamment un langage politique opaque, un accès difficile à l'information, des réactions négatives et des préjugés tenaces chez certains, ainsi que des conditions de vote inadaptées à certains citoyens.

La campagne cible divers groupes, avec pour priorités la sensibilisation du grand public aux enjeux du vote, la sensibilisation des politiques à la nécessité de rendre leurs programmes plus accessibles, et l'identification des obstacles au vote conscient des membres d'Altéo. Des outils variés ont été déployés, comme une enquête, une conférence, une brochure en français facile (Facile à Lire et Comprendre) et un micro-trottoir.

En parallèle, une campagne d'affichage à grande échelle a été lancée dans 17 gares de Wallonie et de Bruxelles, visant à renforcer la visibilité de la campagne et à toucher un public diversifié.



Des programmes clairs, un vote bien fait !

L'initiative comprend également l'élaboration de 10 règles FALC pour sensibiliser les politiques à la nécessité d'adapter leurs programmes, ainsi qu'un courrier de sensibilisation à cet effet.

L'événement phare de la campagne a été la conférence-débat "Le vote pour tous : entre droits et choix", organisée en collaboration avec Unia, Inclusion asbl et Esenca. Cette conférence a abordé la compréhension des programmes électoraux, l'accompagnement des personnes en situation de handicap lors du vote, et a présenté divers outils et études sur le sujet.

La conférence, clôturée par un échange enrichissant, a été rendue disponible en ligne pour un plus large public. En unissant leurs efforts à travers ces initiatives, Altéo et ses partenaires visent à favoriser une participation éclairée et démocratique aux élections et à promouvoir ainsi une société plus inclusive et démocratique.

A découvrir :

- [la vidéo du micro-trottoir](#)
- [la vidéo de la conférence-débat](#)
- [la page web de présentation de la campagne](#)

Vers un service Accompagnement & Transport harmonisé

Depuis quelque temps déjà, Altéo a souhaité harmoniser son service Accompagnement & Transport (A&T) afin de permettre aux membres de bénéficier d'une offre similaire et optimale sur l'ensemble du territoire de Wallonie et Bruxelles. Dans le même temps, il s'agit de soutenir dans la durée tous les volontaires chauffeur et téléphonie pour leur précieux engagement et accueillir toujours de nouveaux volontaires.

Cette harmonisation des pratiques des différentes régionales Altéo conduit à un certain nombre de changements depuis la fin de cette année. Parmi ceux-ci, les bénéficiaires du service A&T pourront demander une mission au minimum 3 jours ouvrables avant celle-ci jusque maximum 2 mois. Du côté des volontaires, les chauffeurs disposent dans toutes les régionales (hors Bruxelles où la réglementation est spécifique), des mêmes feuilles de route et peuvent



même, en fonction de leur proximité avec le bénéficiaire, assurer des missions sur des territoires frontaliers d'autres régionales, avec un système de défraiement rapide - endéans la semaine-, via un formulaire en ligne.

" Simone " fait le reste

Coup de chapeau à tous les volontaires téléphonie qui se sont formés au nouveau programme informatique, aux chauffeurs qui se sont mis à la digitalisation des informations concernant leurs missions réalisées et à l'ensemble des équipes en région pour tout le support apporté !

La Mutualité chrétienne (MC) apporte son soutien dans le financement d'un nouvel et unique programme informatique qui se prénomme " Simone ", commun à l'ensemble d'Altéo. Déjà opérationnel, toutes les missions A&T sont enregistrées dans ce programme depuis ce 1er décembre 2023 !

Elections 2024 : élaboration d'un mémorandum en faveur d'une société plus inclusive

Les élections régionale et fédérales de 2024 se préparent à l'avance. C'est 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.

En 2023, les membres d'Altéo ont travaillé pendant plusieurs mois pour déterminer les priorités politiques du mouvement. Des groupes de travail ont proposé des revendications sur plusieurs sujets. Sur cette base, les membres des commissions inter-régionales politique, accessibilité et mobilité ont choisi des priorités. Le projet de texte a ensuite recueilli l'avis de chaque régionale avant une décision du CA.

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.

Les thèmes forts qui constitueront le mémorandum sont l'accessibilité, l'autonomie, la mobilité, la santé, les ressources financières et la pratique du sport afin de guider l'action politique vers un monde plus inclusif !

L'activité en Régions

RÉGIONALE DU BRABANT WALLON

Une fête pour les volontaires ?

Ils conduisent les membres toute l'année partout en Belgique, encodent les demandes de transport, se coupent en quatre pour offrir des activités ludiques en section locales, font en sorte que de rendre les séjours extraordinaires, défendent les intérêts au niveau local ou encore accueillent tout un chacun dans les ateliers numériques. Qui ça ? Les volontaires Altéo !



Pour les mettre à l'honneur, l'idée d'une fête a germé. Et pour que la fête soit mémorable, ce sont nos volontaires eux-mêmes qui ont pris la main. L'idée a germé en bureau et s'est rapidement étendue à une réflexion collective en assemblée régionale qui a constitué un groupe de travail pour construire le programme. Il n'y avait plus qu'à se rassembler.

Le rendez-vous a été fixé au vendredi 24 novembre 2023 dans le fief de Nivelles. La salle a été décorée de souvenirs des activités et les frigos remplis ! Après, tout s'est enchaîné : l'apéro, les discours, le repas au Petit Chemin (très bonne adresse à Nivelles où des personnes handicapées sont en apprentissage salle et cuisine) et la partie karaoké pour accompagner le dessert !

A chaque occasion, n'hésitons pas à leur offrir notre plus beau sourire et à les remercier le plus sincèrement du monde pour tout ce qu'ils donnent pour Altéo !

RÉGIONALE DE BRUXELLES

Nouveau sport à Altéo : le Qi Gong adapté

Altéo comptait déjà de nombreux sports adaptés à destination des personnes en situation de handicap et de maladie de longue durée pour permettre la pratique du sport par tous ! L'asbl en compte à présent un de plus : le Qi Gong !

Le Qi Gong, nouveau sport adapté récemment introduit au sein des Régionales Altéo de Brabant wallon et Bruxelles, offre une pratique douce et holistique visant à harmoniser le corps et l'esprit. Cette discipline millénaire chinoise, basée sur la

maîtrise du souffle et des mouvements fluides, favorise la détente, améliore la souplesse articulaire et renforce l'énergie vitale.

Les participants bénéficient de ses nombreux bienfaits, tels que la réduction du stress, l'amélioration de la concentration et la stimulation du système immunitaire.

Les sessions, adaptées à tous les niveaux, sont animées par des instructeurs qualifiés, offrant ainsi une expérience enrichissante et accessible à tous.



RÉGIONALE DE DINANT

Conférence gesticulée

Dans la continuité des projets sur la fibromyalgie, la mise en place d'une conférence gesticulée par un membre d'Altéo a vu le jour.

La conférence commence avec des objets, des souvenirs. Très vite le conférencier André Elleboudt emmène le public sur la route du syndrome fibromyalgique qu'il héberge depuis 20 ans. Découverte d'un univers particulier, très particulier, celui d'une maladie invisible.

Fibromyalgie, entre orages et éclaircies ...

Le but premier, amener ceux qui en souffrent à se sentir rejoints dans leurs maux, car souffrir d'une maladie invisible en complique terriblement la reconnaissance par les proches, par la famille au sens large, par l'entourage et par les collègues de travail.

Il s'agit aussi, bien sûr, de venir en appui aux aidants proches et enfin, de faire connaître ce syndrome à ceux qui s'interrogent sur le sujet.

Trois représentations ont eu lieu dans les Centres Culturels de Dinant, Ciney et Rochefort. Plus de 420



personnes ont assisté à la conférence. Lors de chaque représentation, un stand a permis d'échanger avec le public. De nombreuses rencontres riches ont été réalisées lors de cet événement. Les participants sont repartis avec un autre regard sur ce syndrome et une meilleure compréhension de celui-ci.

En savoir plus : [conférence disponible sur le site Matélé](#)

RÉGIONALE D'EUPEN

Une aide au permis de conduire théorique

Les personnes en situation de déficience intellectuelle ou de difficulté d'apprentissage ont les moyens de conduire une voiture, mais le taux de réussite de l'examen théorique est peu élevé. Souvent, la compréhension des questions en est la cause, ainsi que la cadence des questions qui déferlent toutes les 15 secondes.

Pour améliorer leurs chances de réussite, la Régionale Altéo d'Eupen a conçu un cours préparatoire à l'examen théorique du permis de conduire à partir du logiciel



"Connaître et conduire", grâce à une approche collective et individuelle.

En 2023, 3 modules de 18 soirées à raison de 2 heures par séance ont permis à 10 élèves par module d'y participer. Le projet est subventionné par le Ministre du Travail en Région germanophone à travers le projet Mobil4job afin de soutenir ce public fragilisé, leur permettant de se déplacer plus facilement et d'avoir un accès au travail.

Les volontaires de la Régionale d'Eupen accompagnent les participants tout au long de leur apprentissage, en leur expliquant patiemment les questions et en les aidant à mieux les analyser afin de répondre correctement dans le temps imparti.

Grâce à cet encadrement bienveillant et adapté, les personnes en difficulté peuvent aborder l'examen avec plus de confiance et de sérénité.

L'engagement des volontaires d'Altéo ne se limite pas seulement à l'apprentissage théorique, mais contribue également à renforcer l'autonomie et l'inclusion sociale des bénéficiaires. Altéo, par cette initiative, ouvre la voie à un avenir plus accessible pour tous.

RÉGIONALE DE HAINAUT ORIENTAL

“Autre contact” : groupe de parents d’enfant porteur d’un handicap

Créé à l’initiative de Jean-Pierre Foucart, papa d’une jeune trisomique, ce groupe rassemble des parents d’enfants porteur d’un handicap.

Constitué au printemps 2022 avec un objectif : créer une boîte à outils pour répondre aux questions relatives à la situation de handicap (de naissance ou accidentel), dans tous les aspects qui en découlent (soins de santé



et bien-être à la maison et en institution, allocations familiales majorées, enseignement spécialisé ou inclusif, PMS, SPF sécurité sociale, Aviq...).

En 2023, le groupe décide de collaborer avec l’asbl “l’Univers de Raph” (Réseau d’Accompagnement des Parents d’enfants en situation de Handicap). Un projet innovant, soutenu par la MC, “l’Univers de RAPH” vise à répertorier toutes initiatives, en Belgique francophone, permettant de faciliter la vie quotidienne des parents d’enfants porteurs de handicap et à créer une “boîte à outils” digitale à disposition non seulement des parents, mais aussi des professionnels. “Autre Contact” collabore activement au projet en enrichissant la boîte à outils de solutions.

Depuis sa création, inventaires des documentations existantes et rencontres avec des professionnels se succèdent dont celle avec l’asbl “Inclusion” avec laquelle une conférence sur “La protection judiciaire d’une personne avec un handicap intellectuel” a été organisée. Ce projet ambitieux répond à un réel besoin.

RÉGIONALE DE LIÈGE

Défilé de mode inclusif

En 2019, la régionale était interpellée par ses membres, qui voulaient “briller un soir sur scène”. Un projet de défilé de mode inclusif est né, et a mobilisé beaucoup d’énergie, pour un résultat en février 2024, dont le succès a dépassé toutes les espérances.

Le projet s’inscrit dans une démarche d’éducation permanente. Dès le départ, les membres ont été impliqués dans l’affinement de l’idée, puis ont visité des lieux de spectacles, rencontré des écoles de stylisme, des créateurs professionnels. Autant d’occasions de sensibiliser à l’inclusion et de modifier les regards sur le handicap. Des personnalités médiatiques ont également joué le jeu du mannequinat, ce qui a donné de la visibilité au projet.

Au-delà de la sensibilisation, des ateliers de réflexion sur l’image et l’estime de soi malgré le handicap ont été menés, ainsi que sur la légitimité d’occuper l’espace et de prendre sa place même si l’on est “différent”. Ce projet collectif a rassemblé 42 mannequins, 8 stylistes, 6 écoles, 2 ateliers de couture amateurs, et des volontaires avec des compétences variées.



Un véritable esprit d’équipe s’est construit, des liens d’amitié forts se sont créés, et déboucheront sur de nouveaux projets, parmi lesquels l’interpellation du monde de la mode quant à l’inclusion.

En octobre, un avant-goût du défilé était présenté lors de la soirée Cap48 de la RTBF. Puis le défilé de février 2024 a rassemblé plus de 600 spectateurs et a été retransmis en direct sur RTBF Auvio, puis en différé sur RTC Télé-Liège. Il a également fait l’objet de reportages dans des émissions comme “Les Niouzz” ou “C’est du Belge”.

Sur Youtube : [Le défilé qui ose l’inclusif d’Altéo Liège](#)

RÉGIONALE DU LUXEMBOURG

Une commission sur les droits du patient

La commission patient a vu le jour en 2022, grâce à un partenariat entre la MC via le CMS de Marche en Famenne, Altéo et ses partenaires (Le Centre d'Éducation du Patient et la maison médicale Marche-Santé). Elle rassemble des professionnels de la santé et des volontaires.

Plusieurs rencontres en 2022 et 2023, ont permis de faire émerger les objectifs prioritaires de cette commission. Le groupe est parti du constat que, d'une part, il existait une loi relative aux droits du patient, qui balayait de nombreuses questions en lien avec le sujet et que d'autre part, cette loi était très mal connue du grand public et des professionnels de la santé.

Une journée : conférence et ateliers

Dans cette optique, le groupe a organisé une journée le 18 avril 2023 sur ce sujet.

La matinée était consacrée à la Loi sur le droit du patient, expliquée simplement par une juriste, avocate spécialisée en droit de la responsabilité civile et un médecin généraliste membre de la commission.

L'après-midi plusieurs ateliers et conférences s'offraient aux participants : un atelier numérique pour consulter ses données de santé en ligne, une information sur le médiateur fédéral, des trucs et astuces pour diminuer le coût des soins de santé et à se renseigner sur ses droits en ligne.



La journée a rassemblé plus de 80 personnes. Le groupe porteur continue son activité et compte bien organiser une autre journée sur ce thème en 2024.

RÉGIONALE DE MONS

Des musées plus accessibles

En avril, Altéo Mons est entré en contact, via son mandat au sein du Conseil Consultatif des Personnes à Besoins Spécifiques de la ville, avec le Pôle muséal de la Ville de Mons.

Des journées de sensibilisation

Ce contact a été établi dans le cadre d'un projet imagé avec le conseil autour de la journée internationale des personnes handicapées du 3 décembre. L'objectif était d'organiser une journée musée accessible, notamment en partenariat avec les Amis des Aveugles.

En prévision de cette journée, Altéo Mons a jugé pertinent de proposer au personnel des musées de Mons de participer à des journées de sensibilisation. Après avoir trouvé une oreille attentive auprès du chef de service d'accueil et de gardiennage, le groupe accessibilité s'est rendu au Musée du Doudou et au Musée du Beffroi de Mons pour rencontrer le personnel d'accueil, les mettre en situation de handicap et les amener à porter un regard nouveau sur leur lieu de travail.

Cette collaboration et ces premières journées ont lancé la dynamique pour qu'en 2024 le concept puisse être élargi autres musées de Mons mais aussi avec les autres membres du personnel (guide, conservateur, scénographe, ...).

Gageons que cela contribue à un accès à la culture toujours plus inclusif.



RÉGIONALE DE MOUSCRON

Cours de Yoga adapté



Les bienfaits du yoga ne sont plus à démontrer : un assouplissement et renforcement des articulations dont la colonne vertébrale, une tonification des muscles profonds, une diminution des douleurs chroniques, un meilleur fonctionnement pulmonaire. Ce n'est pas tout, la pratique du yoga permet aussi une diminution du stress, une libération des tensions émotionnelles et une amélioration de la concentration et de la mémoire par la pratique des postures.

Pour toutes ces raisons Altéo propose des cours de "Yoga adapté". Mais pourquoi "adapté" ?

Le Yoga adapté est une pratique qui vise à s'adapter (justement !) aux besoins, à l'histoire personnelle, aux éventuelles blessures, douleurs, maladies, opérations, accidents de la personne.

Lors des séances, de nombreuses séries assises et une série entièrement allongée sont au programme. Elles permettent de pallier à l'affaiblissement de certains muscles et organes sans mettre en danger la personne.

Les ateliers sont donnés par Juliette, professeure de Yoga et sont ouvert à tous. Ils se donnent une fois par mois, au rythme des participants en tenant compte des capacités physiques du yogi.

Ainsi, il va pouvoir se détendre, s'étirer, harmoniser leur corps et leur esprit et obtenir une plus grande confiance en lui.

RÉGIONALE DE NAMUR

Le Cycle Aidant Proche

Le Cycle Aidant Proche Namur a relancé son activité avec trois nouvelles séances. Le principe : des séances d'information et de soutien par et pour les aidants proches. Les séances sont préparées par un groupe de travail composé d'aidants proches et de professionnels.

Pour qui ? Il s'adresse à tous les aidants proches, qu'ils aident un enfant en situation de handicap, un parent âgé ou un conjoint malade.



Au menu de chaque séance : un thème, un expert ou une experte, un ou plusieurs témoignages, un débat, des échanges, le tout clôturé par un goûter convivial !

Les thèmes abordés en 2022 :

"L'isolement des aidants proches" : Comment ce cercle vicieux s'installe-t-il ? Mais surtout comment on peut en sortir ? Un débat en présence de deux psychologues du service "Avec nos aînés".

"L'après-parent" : Qui soutiendra mon proche en situation de handicap lorsque je ne saurai plus le faire ? Par l'ASBL Madras, service d'accompagnement orienté sur l'après-parent et la Fondation Portray offrant conseils juridiques et financiers sur ces questions.

"Prendre soin de soi en tant qu'aidant"... c'est parfois bien difficile et pourtant indispensable. Avec Madame Sarah Leggett, formée en coaching, auteur d'un travail de fin d'étude consacré au coaching des aidants proches.

RÉGIONALE DE PHILIPPEVILLE

Altéo en vadrouille

Lors de sorties antérieures, les membres du groupe "Altéo en Vadrouille" ont rencontré des difficultés d'accessibilité. Ils ont donc décidé d'agir en 2023 et se sont fixés un objectif : une sortie mensuelle pour observer les aménagements du site et des espaces de confort (tels que les espaces de repos, bivouac, wc, ...) mis en place pour les personnes en situation de handicap dans les sites touristiques et culturels ouverts au public.

A la fin de chacune de ces sorties, les participants échangent autour de leurs observations, qu'elles soient positives ou négatives au point de vue de l'accessibilité, des aménagements, des endroits de pique-nique, des toilettes, ... Les débats et réflexions visent à tenter de trouver des solutions d'améliorations à proposer aux gestionnaires des lieux.

A la suite de quoi, ils décident s'il y a un besoin ou non d'interpeller les gestionnaires des sites visités pour améliorer l'inclusion pour tous. Il pourrait être prévu de revisiter les mêmes sites pour

constater si des améliorations ont été apportées à la suite des remarques et suggestions faites par le groupe.

Et la suite...

Le projet continue car plus de gestionnaires de sites seront sensibilisés à la problématique de l'accessibilité et plus l'inclusion prendra sa place afin de permettre l'accessibilité à tous les publics dont les PMR.



RÉGIONALE DE TOURNAI

La fiche santé : j'en fais mon alliée

En début d'année, l'Accueil Temps Libre de Tournai a sollicité Altéo pour travailler sur l'inclusion dans leurs lieux d'accueil. En partenariat avec Ocarina, un atelier spécifique a vu le jour : "La fiche santé : j'en fais mon alliée". L'objectif était de sensibiliser les professionnels à l'inclusion lors d'une journée en novembre.

L'atelier a été conçu pour mettre en lumière l'importance de la fiche santé dans le quotidien des services d'accueil. À travers différentes fiches santé, la diversité des situations et des besoins était mise en exergue, tout en proposant des solutions concrètes pour favoriser une meilleure inclusion. Les participants ont ainsi été encouragés à réfléchir à l'intégration de ces outils dans leur travail.

Pour s'entraîner, des fiches santé de jeunes présentant une déficience ou un quelconque handicap, qui sont actuellement utilisées lors des plaines et séjours Ocarina, ont été présentées de façon anonyme.

Chaque participant a constaté que des informations détaillées permettent une meilleure compréhension



des besoins spécifiques et facilitent la mise en place d'activités adaptées.

En unissant nos forces et nos ressources, il est possible de faire la différence et créer un monde plus inclusif pour tous.

RÉGIONALE DE VERVIERS

Aquagym adaptée

"Le sport est une évasion complète de la vie "
François Hertel.

Le sport à Verviers est pratiqué par beaucoup de monde, qu'il s'agisse de sports d'intérieur comme le tennis de table que d'extérieur avec les marches ou un mélange des deux lors de nos journées sportives et des journées handifoot. Pour compléter l'offre sportive, il ne manquait plus que la natation.

Michel, un de nos volontaires qui travaille à la Cité de l'Espoir, un centre spécialisé dans l'accompagnement de personnes en situation de handicap avec des profils variés, a parlé un jour de la possibilité de mettre la piscine de l'institution à disposition de ses membres en assurant une présence pour donner les séances, c'est son travail quotidien.

On ne laissera pas passer une telle occasion. Ni une ni deux, nous attrapons cette main tendue et nous lançons l'activité après quelques réunions, quelques arrangements et quelques mises au point. C'est parti, on se jette à l'eau.



Aujourd'hui nous comptons une petite dizaine d'inscrits à l'activité qui a lieu les 1er et 3eme lundi de chaque mois, encadré par trois volontaires dont Michel qui est formé et agréé pour cela, le tout pour un prix démocratique, dans la joie et la bonne humeur, dans une eau à 32 degrés.

Conclusions et perspectives

Conclusions et perspectives

2023 fut une année vraiment très riche en projets pour Altéo. Projets portés par les membres, volontaires et professionnels du mouvement.

Si nous jetons un œil dans le rétroviseur, nous pouvons être fiers des chantiers qui nous ont mobilisés :

De nouveaux administrateurs autour de la table du conseil d'administration

L'assemblée générale de décembre 2022 a désigné les administrateurs effectifs et leurs suppléants pour une durée de quatre ans. Une opportunité pour apporter une nouvelle dynamique tout en conservant les fondamentaux d'Altéo : la bienveillance de tous et entre tous, le respect des différences, la convivialité, la prise en compte des avis des administrateurs, la qualité des intervenants et des interventions.

Une évolution interne d'Altéo indispensable

Altéo est à un carrefour de son évolution (un nouveau projet social, un environnement évolutif, une limitation des ressources financières et humaines, un besoin de renouveler ses forces vives...) et a décidé d'y travailler en profondeur afin de faire mouvement, pour améliorer son service aux membres et utiliser à meilleur escient ses atouts.

Trois groupes de travail ont vu le jour :

Sur le plan stratégique en lien étroit avec le projet social d'Altéo. Une première phase de consultation collective au travers de toutes les régions a été lancée. Il s'agissait de guider le mouvement sur ses missions, priorités, sa vision.

Sur les ressources financières afin d'identifier de nouvelles recettes (ex : recherche de subventions externes), de réduire les dépenses. En parallèle, une veille assidue a été mise en place sur les projections budgétaires avec un accompagnement à la réalisation du budget par région et par secteur, accompagnée d'un suivi minutieux des impayés.

Sur la mutualisation des tâches et des missions administratives en vue d'être plus efficaces. Pour ce faire, un cadastre précis a été réalisé sur toutes les tâches administratives effectuées par des volontaires et des professionnels. Un périmètre a été défini sur les tâches à mutualiser et celles dont la plus-value était de rester attachées soit en région soit au niveau de l'asbl.

De grands projets transversaux ont animé la vie de mouvement. Pour construire un travail collectif en vue d'un mémorandum Altéo pour les élections régionales et fédérales 2024, il s'agissait tout d'abord de déterminer les revendications transversales à respecter dans toutes les politiques : la mise en place d'une société inclusive, la mise en œuvre du handstreaming et l'autonomie des personnes et puis de construire les revendications prioritaires. Tout cela, sans oublier le principe fondamental qui guide le mouvement dans toutes ses actions : "Rien sur nous sans nous".

Deux grandes campagnes ont été menées de front cette année, la campagne d'éducation permanente "Et toi comment tu votes ?" pour une plus grande accessibilité des programmes électoraux. Grâce au lancement de la campagne de recrutement de nouveaux volontaires "Osez croire en vous", plus de 90 volontaires qui partagent les valeurs portées par Altéo se sont engagés au sein du mouvement.

En parallèle, Altéo a harmonisé la convention de collaboration pour tous les types d'investissement.

Altéo a aussi lancé son tout nouveau programme de gestion des transports : Simone. Cela a demandé une mise à jour complète des bases de données en régions, une transition et une exploitation simultanée des différents programmes transport (les anciens et le nouveau), une formation des volontaires (chauffeurs, téléphonistes) et professionnels, à ce nouveau programme, mais également à différents outils (webform...) afin d'être pleinement opérationnels pour le 01/01/2024.

Enfin, côté sport, des discussions entre la FéMA (Fédération Multisports adaptés à laquelle est rattaché Altéo) et la LHF (Ligue Handisports francophone) ont eu lieu en vue d'une potentielle fusion des fédérations, mais cela n'a pas pu aboutir en raison de divergences, entre autres sur la philosophie du sport adapté entre les deux entités.

Les perspectives 2024 sont également nombreuses et dans la continuité de 2023 :

Poursuivre le travail sur la mutualisation administrative, toujours dans la co-construction et en impliquant les personnes de terrain.

Finaliser le nouveau plan stratégique d'Altéo à faire approuver par l'assemblée générale.

Réfléchir avec un partenaire extérieur à une nouvelle stratégie de communication.

Permettre aux sections d'alléger les exigences comptables en les externalisant du périmètre comptable de l'asbl et en établissant une convention avec l'asbl.

Travailler à la redéfinition de la gouvernance pour les dispositifs transversaux liés à un secteur ou une thématique.

Continuer le travail politique en vue des élections régionales et fédérales, mais également communales. Produire la plaquette des priorités politiques, le mémorandum complet et organiser des débats avec les candidats.

Lancer officiellement "Simone" sur les routes tout en pensant, déjà, aux développements de la version 2.

Collaborer avec les partenaires de la MC dans le cadre des thématiques prioritaires telles que santé mentale et lien social, perte d'autonomie et maintien à domicile, accessibilité du système de soins de santé, santé et environnement.

Faciliter la formation des volontaires, en proposant un catalogue commun de formations.

Produire des indicateurs de gestion réguliers qu'ils soient financiers et administratifs ou d'activités.

Remettre à jour l'accord de partenariat entre Altéo et la MC.

Tout cela ne peut et ne pourra voir le jour sans votre précieux engagement, alors à chacun d'entre vous :
Merci.

Geneviève Routier
Secrétaire Générale





ALTÉO - SECRÉTARIAT GÉNÉRAL

Chée de haecht, 579 - 1031 Bruxelles

081/237 237- info@alteoasbl.be

Suivez-nous sur 

www.alteoasbl.be

Altéo près de chez vous sur

www.alteoasbl.be/regionales

