

Bureau Postal
de Charleroi X

Expéditeur
av. des Combattants,
16 - 5500 Dinant



PB-PP1B-00802
BELGIE(N) - BELGIQUE

P921578

DINANT

1^{re} TRIMESTRE

ALTÉO MAG

Magazine trimestriel d'Altéo asbl

www.alteoasbl.be

Mouvement social de personnes
malades, valides et handicapées

APRÈS ÉLECTIONS : PREMIER BILAN

Altéo



EDITO

2026 : année d'élections à Altéo. À quoi ça sert ?!

« Rien sur nous sans nous » est une méthode de travail prônée par Altéo. Cela signifie que les décisions prises se font avec la participation pleine et directe de nos membres et, en particulier, des personnes en situation de handicap ou de maladie de longue durée. C'est pourquoi les élections prennent tout leur sens à Altéo.

Avant d'aborder la nouvelle campagne électorale, je tiens à remercier toutes les personnes en fin de mandat pour leur engagement, leur présence et leur bonne humeur lors des multiples réunions de gestion des activités et du Mouvement.

Comme dans un jardin, chaque membre apporte sa couleur, son parfum, sa singularité. Et c'est cette diversité qui fait la beauté de notre Mouvement.

Puissions-nous continuer à cultiver ensemble la passion du vivant, à faire germer de nouvelles idées et à entretenir ce lien qui nous unit depuis tant d'années.

Rejoignez-nous dans l'aventure de la démocratie à l'échelle du Mouvement, posez votre candidature dans un Comité local.

Catherine Goffinet



SOMMAIRE



3

PAGE PROVINCIALE

4

ACTUS RÉGIONALES

8

ÉCHOS DES SECTIONS

- Anhée/Yvoir – Beauraing – Ciney – Dinant – Gedinne – Rochefort

10

MOUVEMENT

NATIONAL

2

MOUVEMENT

- Des séjours adaptés selon le niveau d'autonomie
- La FéMA devient Sportéa

4

DOSSIER

- Actions des gouvernements : accessibilité, Taxibus et dépenses des patients

8

INSPIRATION

- Ça me chiffonne

• Edition et diffusion

Altéo asbl
Place du XX Août 38
4000 Liège

T : 081/237.237
info@alteoasbl.be
www.alteoasbl.be

Numéro d'entreprise
0410 383 442
Compte bancaire
BE31 7755 9961 8655

• Editeur responsable

Geneviève Routier

• Coordination

Hugues Saudemont (régional)
Sylvie Bailly (régional)
Hélène Carpiaux (national)

• Collaboration

Jacques Monnaie
National :
Dounia Abchir
Hugues Saudemont
Nancy Defauw
Justine Halleux
Emilie De Smet
Hélène Carpiaux
Etienne Mathues

• Mise en page

Émerance Cauchie

• Crédit photo cover

Brice Haeck – Altéo se mobilise lors de la manifestation nationale du 14 octobre à Bruxelles

Imprimé sur papier recyclé.

Suivez-nous sur  et www.alteoasbl.be

Altéo
Agissons pour une société inclusive



Infos élections 2026

**RENOUVELLEMENT DES INSTANCES POUR LA MANDATURE 2026-2030
ALTÉO A BESOIN DE VOUS !!!**

Tous les 4 ans, Altéo procède à la nomination des membres des organes locaux, régionaux et nationaux. Ces élections sont notamment l'occasion de proposer à de nouvelles personnes de rejoindre Altéo et de participer ainsi à notre démarche d'inclusion.



En outre, l'intégration dans toutes les instances de personnes handicapées, invalides ou malades et de gens impliqués auprès de ces personnes ou désireux d'apporter de nouvelles idées est une richesse qui permet à Altéo d'espérer remplir au mieux ses missions et répondre ainsi aux attentes de ses membres.

L'HEURE EST VENUE POUR CE RENOUVELLEMENT

Deux campagnes d'information se dérouleront en 2026.

La première, en avril, concernera les Comités locaux et régionaux et comprendra la diffusion de documents auprès des membres déjà engagés, mais également, une démarche pour essayer d'encourager d'autres personnes à s'impliquer dans les instances locales et régionales du Mouvement.

La seconde, en septembre, aura pour thème le niveau national avec, là aussi, des messages aux

membres d'Altéo et des annonces pour un public plus large.

Nous sommes conscients que beaucoup de nos membres ne sont pas préparés à s'acquitter des obligations liées aux mandats d'Altéo. C'est pourquoi notre Mouvement proposera à chaque élu de l'accompagner. Nous espérons ainsi que les membres intéressés par un plus grand engagement au sein d'Altéo envisageront sereinement l'idée de se présenter aux élections.

LE CALENDRIER DES ÉLECTIONS :

- **Avril 2026** : campagne de recrutement Sections locales et Groupes à thèmes
- **De mai à mi-juin 2026** : élection des comités de Sections locales et Groupes à thèmes
- **Juin 2026** : élection des instances régionales

N'hésitez pas à nous contacter si vous désirez déjà de plus amples renseignements.

Nous comptons sur vous! 😊

Catherine Goffinet

Ça s'est passé

CYCLE AIDANTS PROCHE DINANT

Altéo, Enéo et la Mutualité Chrétienne collaborent pour la réalisation d'un cycle à destination des aidants proche



Ce mardi 27 janvier avait lieu notre première séance du cycle aidants proches à Dinant.

26 participants étaient réunis à la résidence Ste Anne à Dinant.

Ce cycle a pu se mettre en place grâce à la collaboration en collaboration avec **Aidants Proches asbl** et **Le Bien Vieillir ASBL**.

Des exposés intéressants et des échanges riches ont animé cette après-midi.

D'autres rencontre sont prévues en mars, avril et mai.

Nous reviendrons plus en profondeur sur les autres séances dans notre prochain AltéoMag.



LE PROJET RÊVES DE NATURE

Retour sur l'atelier « Rêves de Nature »

– Un moment créatif et solidaire !

Nos locaux ont accueilli des ateliers pas comme les autres : « **Rêves de Nature** », organisé en partenariat avec le **Relais Familles Monoparentales**, **Altéo** et **Enéo**. Une belle occasion de se retrouver autour de la créativité, du partage et de la nature.

Au programme :

- Peintures végétales : exploration des couleurs de la nature et utilisation des pigments naturels pour illuminer la création à travers une œuvre pleine de sens. Un moment pour créer, partager et s'émerveiller de la richesse des teintes que la nature nous offre.
- Bien-être et douceur : Voyage au pays des 5 sens. Un atelier pour se poser, s'ouvrir aux sensations et partager un moment de calme et de douceur. Ensemble, on a exploré nos sens pour mieux se reconnecter à soi et aux autres.

- Découverte de l'argile : Se mettre dans la peau d'un arbre. On a plongé ses mains dans l'argile et créé son propre arbre, symbole d'ancrage, de patience et de force. Un moment pour apaiser le stress, laisser libre cours à ses émotions, et s'inspirer de la nature tout en partageant avec le groupe dans un cadre bienveillant.
- Couronne de Noël & déco nature. Nous sommes devenus des apprentis vanniers et avons créé notre propre couronne, décorée avec des trésors naturels, et avons partagé la magie et la chaleur des fêtes en groupe.



LA SAINT NICOLAS DU CHAINON

Je vais vous raconter une histoire. C'est l'histoire d'une centaine de personnes qui attendaient la visite d'un grand saint très connu dans notre région. Ce grand saint, c'est Saint Nicolas.

La veille, des bénévoles ont préparé la salle de Bioul. Et le jour attendu, des cuisinières ont préparé le repas du midi tandis que d'autres bénévoles apportaient les dernières courses.

Pendant ce temps, Sœur Jeanne a installé son atelier de bricolage.

Vers 11h, les invités sont arrivés et, le temps de l'installer, il était l'heure de manger.

Les bénévoles ont servi la soupe au potiron. Ensuite, il y a eu des vol-au-vent avec des frites et une boisson. À la fin du repas, il y a eu une part de bûche glacée pour le dessert.

Pour que tout se passe bien, les enfants, les ados et les adultes sont passés 2 par 2 devant Saint Nicolas et un bénévole a pris une photo de chaque personne avec son paquet de bonbons.



Après un peu de musique et une danse, tout le monde s'est rassis pour le goûter. Il y avait un cougnou, comme dans la tradition.

Quand le car est parti, certains invités se sont dépêchés de se rhabiller pour rentrer chez eux.

Les bénévoles, eux, ont rangé la salle pour les prochains visiteurs.

Ce fut, encore une fois, une très belle journée de rassemblement dans la joie !



Merci à tous les bénévoles, et en particulier, aux GODAs, Nicole & Hugues, aux cuistotes & cuistots, aux serveurs et serveuses, rangeuses & rangeurs, BRICOMGR Sœur Jeanne, aux BARMGR René & Sa Dame. Un petit clin d'œil avec un petit brin d'humour, à JeanBe pour son passage apprécié et remarqué.

Bernard Lamal

L'après-midi s'est vite passée. Vers 15h, Saint Nicolas a fait son entrée et s'est installé sur son trône.



SORTIE WOK BOWLING DU CHAINON

Ce samedi 7 février, une septantaine de membres du chaînon a pris la route pour une journée conviviale.

Passant par Ciney, Beauraing et Dinant, l'autocar a permis à chacune et chacun de rejoindre le lieu d'activité. Un autre groupe est venu les rejoindre grâce au véhicule Altéo Dinant.

Arrivée à Givet, pour prendre des forces au Royal Chinois.

Tant de choix possibles, qu'il est difficile de ne pas goûter à tout, sans oublier les desserts.



Il est temps maintenant de traverser la route pour rejoindre l'activité de l'après-midi.

Un bowling où chacun, débutant ou amateur, à le plaisir de culbuter les quilles.



Le temps passe très vite, et vers 16h15, nous reprenons le chemin du retour.

Merci à chacune et chacun des bénévoles organisateurs, et des participants pour cette journée conviviale.

Didier Collignon



MERCI À PAUL POUR SA PARTICIPATION AU COMITÉ RÉGIONAL

Tout le comité régional tient à remercier Paul Elsen pour les nombreuses années de participation pour représenter la section de Rochefort en son sein. Paul a été trésorier de la section de Rochefort plus de 10 ans. Il a assumé ce rôle avec la rigueur nécessaire afin d'assurer la situation financière de la section. Paul n'hésitait pas à mettre la main à la pâte lors des activités. Tantôt cuisinier, tantôt barman voire déménageur. Encore un tout grand MERCI.



Ça se passera

INFO : OUVERTURE D'UNE ÉPICERIE SOCIALE À LA GARE DE DINANT

Le commerce propose des cafés et plats à emporter, mais aussi de l'alimentation générale et des produits locaux. Sa particularité: les prix sont réduits pour les personnes avec moins de moyens. Entre les trains et les bus, juste à côté des guichets, l'épicerie de la gare de Dinant accueille ses clients. Dans ce petit magasin, on trouve de tout, pour tous les budgets: du pain au levain, des fruits et légumes bio et locaux, mais aussi du vrac et de l'alimentation générale.

Le but est de proposer des gammes de produits différents pour trouver de tout, à tous les prix. Par exemple, pour les biscuits, on a un biscuit de marque blanche, des spéculoos bio et des cookies faits par un producteur local.

UN PRODUIT, TROIS PRIX

Dans les rayons, chaque produit affiche trois prix différents, sauf l'alcool. C'est le principe de cette épicerie solidaire.

Le prix mauve, c'est le prix plein. En dessous, il y a deux prix plus bas, le jaune et le bleu, qui sont les



prix différenciés. L'objectif de ces prix différenciés est que des gens qui ont moins de moyens ou sont dans des situations plus compliquées puissent aussi avoir accès à une alimentation de qualité.

Ces prix plus bas s'adressent aux bénéficiaires du CPAS, BIM, ou encore RIS. Ce sont des structures sociales partenaires qui déterminent qui peut en bénéficier.

Installée dans le bâtiment de la gare, l'épicerie est facilement accessible aux navetteurs, mais aussi aux piétons, cyclistes et automobilistes. Elle est ouverte tous les jours de la semaine et le samedi.

REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

Marche adaptée à Dinant

Viens marcher avec nous !

Tout les mardis de 10h à 12h
Même pendant les congés scolaires
De mars à octobre

Point de RDV : MC Dinant
Avenue des combattants 16

Parcours adapté à tous
Adaptable pour tous

Information au 081 237 237 ou provincenamur@alteoasbl.be

Cours de yoga

Yoga inclusif, ouvert à toutes les personnes, quels que soient votre âge, votre corps, votre niveau ou vos capacités.

Tous les mercredis 10h à 11h15 (hors congé scolaire) au 3e étage à la Mutualité chrétienne à Dinant

Participation de 65€ (de janvier à juin)
Remboursée par la plupart des mutuelles

Informations et inscription
ou 0473 65 05 21 ou sur le site internet www.alteoasbl.be

Tour des Sections

→ ANHÉE/YVOIR

Ça s'est passé :

Notre Amicale de Noël avec l'ACRF s'est déroulée dans une très belle ambiance.

Nous étions 93 et beaucoup de nouvelles personnes. C'est très encourageant.

Merci aussi à l'équipe de service repas pour le bon travail.



Ça se passera :

Les dates des prochains Babelkot sont indiquées en fin de magazine.

Comme déjà annoncé, l'Amicale de Pâques aura lieu le **jeudi 2 avril** prochain. Messe à 11h suivie du repas festif (apéro, entrée, plat, dessert).

Au plaisir de vous revoir, amicalement l'Équipe Altéo.

Pour tous renseignements Altéo Anhée/Yvoir :

- Marie Landrain : 0473/82.52.14
- Chantal Bracher : 0476/08.64.77
- Julia Hubert : 0473/11.65.27

→ BEAURAING

Ça s'est passé :

Nos réunions CRAB se déroulent mensuellement avec chaque fois entre 25 et 30 participants qui sont heureux de se retrouver dans la bonne humeur. Notre Amicale de Noël s'est déroulée avec la section de Gedinne pour la 2^e année.

L'Amicale a débuté par un accueil très chaleureux à la Chapelle de l'Hôtellerie Notre Dame de Beauraing, pour la messe célébrée par M. le Doyen et chantée par la chorale de Baronville. Après un

bon apéritif, un repas festif a été très apprécié par tous. Un cougnou offert à chacun agrémentait l'après-midi de détente... C'est avec plaisir que nous renouvellerons cette fête de Noël.



Ça se passera :

Les dates des rencontres ont été fixées et vous pouvez les découvrir dans l'agenda en fin de revue. Nous vous y attendons nombreux.

→ CINEY

Ça s'est passé :

Comme nous avons été sage, St Nicolas nous a encore gâtés cette année.

En attendant sa venue, nous avons assisté à une séance cinéma, au programme le film familial « Bella ».

Ce film étant long, nous avons visionné la moitié et nous regarderons la fin à l'épiphanie.

Nous avons dégusté comme chaque année des chaussons aux fruits et du cacao.

St Nicolas est arrivé, chargé de sachets de bonbons et une montre pour chacun, tous sont retournés heureux chez eux.



Le 13 décembre, l'Amicale de Noël a réuni 36 personnes. Une messe était organisée.



Nous avons pris un apéritif avec son accompagnement suivi de cougnou et cacao/café. La bûche traditionnelle a clôturé la journée. L'ambiance fut bon enfant. Tous sont repartis avec un porte-clé nominatif réalisé par les membres du centre de rencontre.

Nous avons envoyé à deux homes les cartes de vœux que nous avons réalisées pour personnes âgées et nous espérons avoir quelques réponses. Après les vacances de Noël, nous reprenons avec la galette des rois et la fin de notre film « Bella ». OUF ça fini bien.

Comme nous sommes gourmands, nous avons poursuivi avec la chandeleur... Et on voudrait que l'on maigrisse PFFFF...

Pour le carnaval, nous avons réalisé des masques décoratifs. Nous avons mis une musique d'ambiance mais beaucoup ne savent pas beaucoup bouger donc au lieu de danser et de nous déguiser, nous avons organisé un après-midi « Fort Boyard Maître des jeux ».

Pour la suite, nous préparons les décorations de Pâques comme chaque année afin d'égayer notre table pour l'amicale.

Ça se passera :

L'Amicale de pâques se déroulera le 11 avril prochain.

Pour la réservation, la somme de **30 euros** sera versée sur le compte **BE58 7965 0820 3879** avant le 1 avril.

Le Calendrier des C.R.E (Rond-Point) pour les prochains mois est indiqué dans l'agenda en fin de magazine.

→ DINANT

Ça s'est passé :

Le 1^{er} octobre, la locale de Dinant a participé à la fête d'Halloween au Château de Lavaux-Sainte-Anne. Avant de s'y rendre, les participants s'étaient déguisés.



Tous ont adoré la soirée et les animations prévues cet après-midi-là.

Le 17 décembre, le Comité a organisé le Grand Quizz de Noël.



Ça se passera :

En mars, la locale organisera un repas crêpes fourrées ou Wrap.

En avril, un jeu de piste du poisson d'avril guidera les membres dans Dinant.

Ils auront l'occasion de trouver les réponses aux devinettes et charades préparées par le Comité.

En mai, la locale utilisera le Tour de Rochefort pour faire visiter la Cité des Trappistes.

Comme décidé par les membres du Comité, et proposé par les participants aux activités, des après-midis d'artisanat et de bricolage seront organisés les **18 mars** et **20 mai**.

Comme vous le constatez, à la demande des membres et grâce à l'équipe du Comité local, Dinant est passé à 2 rencontres mensuelles au lieu d'une seule ! Vous retrouverez ces dates d'activités dans l'agenda en fin de brochure.

→ GEDINNE

Ça s'est passé :

Notre Amicale de Noël s'est déroulée en collaboration avec Beauraing. La messe était suivie d'un repas succulent, dans une ambiance conviviale.

Nous étions 83 et avons soupesé le panier garni. C'est José de la section de Gedinne qui était le plus proche à 4 grammes près !

Il l'a offert à Christianne de la section de Beauraing.



En février, nous nous sommes retrouvés pour la chandeleur, Carine et Sylvaine avaient fait des crêpes.

Ça se passera :

En mars, le 12 nous irons manger au restaurant les 3 Arc à Gedinne.

En avril, le 9 ce sera notre Amicale de Pâques.

Le 7 mai, BINGO.

Le 4 juin, repas à la salle de Porcheresse

Venez nombreux à nos activités/rencontres avec vos amis, voisins, connaissances... plus de détails dans votre bulletin paroissial.

Merci de votre présence active !

Le Comité

→ ROCHEFORT

Ça s'est passé :

Saint Nicolas le 1^{er} décembre : Saint Nicolas était présent avec son acolyte préféré et a distribué ses friandises ainsi que des bouchées Côte d'Or.

Nous étions 22 à fêter le grand saint et l'après-midi s'est terminé par un goûter aux généreux cougnous.

Amicale de Noël du 20 décembre : nous étions 36 présents pour participer à notre amicale.

La messe a été célébrée par le doyen de Rochefort. Le menu proposé a été unanimement apprécié.

Après distribution des chocolats « Merci » et du calendrier pour 2026, le panier garni a été gagné par Cécile et le blind test animé par Jean-François a eu une nouvelle fois un franc succès !



Galette des Rois le 05 janvier 2026 : Nous étions 22 membres présents pour déguster une délicieuse galette des Rois.

La Reine et le Roi furent Clairette et Jean-Paul.



Ça se passera :

Amicale de Pâques du 28 mars et 60^e anniversaire de la section de Rochefort : Programme de la journée :

Accueil 10h – Messe 10h30 Apéritif 11h30 – Dîner 12h30 – Grand buffet froid, dessert et café – Jeux.

Prix : 40 € réservation avant le 15 mars à Paula au 084/212.504 ou à Monique au 0472/442.356.

Paiement sur le compte BE34 0682 5012 0890 ou à Paula.

Les dates des rencontres ont été fixées et vous pouvez les découvrir dans l'agenda en fin de revue. Nous vous y attendons nombreux.

MOUVEMENT

Challenge régional

Lieu : salle le Chérumont à Bioul

Date : samedi 9 mai 2026

PROGRAMME DE LA JOURNEE :

11h30 : Accueil – Apéro offert

12h30 : Repas festif et dessert

14h30 : Challenge « inter sections »

Des animations spéciales égaieront l'après-midi.

16h : Goûter et remise du trophée par la section gagnante 2025 !

HORAIRE DU CAR :

Gedinne, salle paroissiale : 08h15

Beauraing, rue de Dinant 57 : 08h45

Rochefort, Accueil Famenne : 09h15

Ciney, Surlemont : 09h45

Ciney, Place Monseu : 10h

Dinant, gare : 10h30

Bioul, salle Chérumont : 11h

La journée se clôturera à 17h.

Une occasion unique de se retrouver entre sections.

PRIX de la journée : 20 euros (+ 10 € pour ceux qui prennent le car).

INSCRIPTION : au 081/237.237 ou info@alteoasbl.be ou auprès de votre section pour le 25 avril au plus tard.

	TYPE ACTIVITÉ	DATE	LIEU	INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES
SÉJOURS	Séjour culturel	Du 27 avril au 02 mai 2026	Berck-sur-Mer (France)	MP Collard : 0478/70.75.46
	Séjour culturel	Du 20 au 27 juin 2026	St-Jean-de-Mont (France)	MP Collard : 0478/70.75.46
	Séjour sportif	Du 17 au 21 août 2026		provincenamur@alteoasbl.be
	Séjour Chainon	Du 24 au 28 août 2026	La Bolle (France)	Nicole Bourdain : 0478/20.64.40
	Séjour détente	Du 07 au 11 septembre 2026	Nieuport	info@alteoasbl.be
LOISIRS	Babelkot Anhée/Yvoir 2 jeudis par mois de 14h à 17h	Mars : 05 et 26 Avril : 02 (Amicale Pâques) Mai :	Maison de la Ruralité, Place Vaxelaire à Bioul et salle du Chérimont pour les repas.	Chantal Bracher 0476/08.64.77
	C.R.A.B. Beauraing 4 ^e jeudi du mois de 14h à 17h	Mars : 26 Avril : 23 Mai : 28 Juin : 25	Maison de l'Accueil rue l'Aubépine, 12 5570 Beauraing	Jacqueline Bouty 082/71.14.55
	CRE (Rond-Point) Ciney Jeudis de 14h à 17h	Mars : 05, 12, 19, 26 (jeux) Avril : 09, 16, 23, 30 (jeux) Mai : 07, 21 (jeux), 28	Centre Culturel (salle 1) Place Baudouin, 1 Ciney	Véronique Tevel 0498/71.84.45
	CRE Dinant Mercredis de 14h à 17h	Mars : 04, 18 Avril : 04, 15 Mai : 06, 20	Mutualité Chrét. Dinant Av. des Combattants, 16 3 ^e étage	Hugues Saudemont 0475/25.72.94
	CRE Gedinne 14h à 17h	Mars : 12 Avril : 09 (Amicale Pâques) Mai : 07 Juin : 04 (repas)	Salle Louette Saint Denis (rencontres) Aux « 3 Arcs » (repas)	Mireille Cornet 0470/46.12.06
	CRE Rochefort Lundis de 14h à 17h	Mars : 28 (Amicale Pâques) Avril : 13, 20, 27 Mai : 11, 18 Juin : 01 (BBC), 08, 15, 22, 29	Salle Le Phare à Jemelle Place Ste Marguerite, 2	Didier Kint 0472/44.23.56
FORMATIONS	Atelier informatique 3 ^e lundi du mois de 10h à 12h	Mars : 16 Avril : 20 Mai : 18 Juin :	Espace Public Numérique de la Ville de Dinant Rue Léopold, 1 5500 Dinant	Bernard Lamal 0475/98.27.21 ou Bernard.Lamal@biif.eu
SPORTS	Piscine	Les mardis de 16h à 17h sauf congés scolaires	Ciney	Altéo 081/237.237 ou provincenamur@alteoasbl.be
	Je Marche Pour Ma Forme (adapté)	Les mardis de 10h à 11h30 de mars à octobre	Accueil parking à côté de la Mutualité à Dinant	Altéo 081/237.237 ou provincenamur@alteoasbl.be
	Yoga (adapté)	Les mercredis de 10h à 11h15 sauf congés scolaires	Mutualité Chrét. Dinant 3 ^e étage (salle Meuse)	Altéo 081/237.237 ou provincenamur@alteoasbl.be

Altéo Dinant

☎ 081/237.237
du lundi au vendredi
de 9h à 12h

@ info@alteoasbl.be

ALTÉOMAG EN VERSION ÉLECTRONIQUE

Vous souhaitez passer à la version électronique d'Altéomag ?
Faites-le savoir par email à info@alteoasbl.be

Vous changez, nous sommes là pour vous accompagner

Profitez de vos avantages !

- des avantages flexibles qui s'adaptent à vos besoins
- pour vos soins, votre bien-être et un accompagnement au quotidien
- le tout, à portée de main avec l'app Ma MC

mc.be/2026



MC. Avec vous pour la vie.

Moving Family Day

Une journée sportive et fun pour toute la famille !

mc.be/mfd



+ de 20 activités pour bouger et s'éclater à tout âge !

- Dimanche 19 avril, 9h-16h
- Malonne, Centre sportif Saint-Berthuin
- Gratuit et ouvert à tous
- Site et activités accessibles aux PMR



AIDE & SOINS A DOMICILE

Partenaire Mutualité chrétienne

Nos services à votre service

Aide à la vie journalière, à l'hygiène & à la mobilité

Présence, soutien & accompagnement

Réalisation des courses & préparation des repas

Soins infirmiers

Travaux ménagers



www.aideetsoinsadomicile.be