

Bureau Postal
de Charleroi X
Expéditeur
rue de la Moselle 7-9
6700 Arlon

N°37
MARS 2026



PB-PP1B-00802
BELGIE(N) - BELGIQUE

P921580

LUXEMBOURG

1^{re} TRIMESTRE

ALTÉO MAG

Magazine trimestriel d'Altéo asbl

www.altéoasbl.be

Mouvement social de personnes
malades, valides et handicapées

APRÈS ÉLECTIONS : PREMIER BILAN

Altéo



EDITO

Le nouveau en action !

Chères lectrices, chers lecteurs,
Avec l'arrivée du mois de mars, un vent de nouveau souffle sur Altéo Luxembourg. Si la nature s'éveille au printemps, chez nous ce sont surtout les projets et les engagements qui fleurissent.

Dans ce numéro, nous mettons « Sous les projecteurs » Karin Bergold. Volontaire engagée depuis plus de dix ans, elle rejoint aujourd'hui l'équipe des permanents. Son parcours, des séjours jeunes à l'animation de la locale de Differdange, illustre l'énergie qui anime notre mouvement. Elle s'investit notamment dans la thématique des maladies invisibles et la préparation du Relais pour la Vie 2026. Bienvenue, Karin !

Nous partons aussi à la rencontre de la locale Salm-Ourthe et de Régine Paul. Après la crise sanitaire, elle a su reconstruire une équipe soudée et dynamique à Vielsalm. Une belle preuve que solidarité et persévérance font toute la différence.

Enfin, le Groupe d'Accessibilité Culturelle lance ses premières sorties : cinéma, immersion en forêt... Parce que la culture doit être accessible à tous.

À travers ces pages, vous découvrirez un mouvement vivant, créateur de liens et résolument tourné vers une société plus inclusive.

Bonne lecture à toutes et tous !

Alice Ingabire pour
L'équipe d'Altéo
Luxembourg.



SOMMAIRE



3

SOUS LES PROJECTEURS

- De volontaire à animatrice : Karin Bergold rejoint l'équipe régionale !

4

ACTUS RÉGIONALES

- Le GAC en action : deux premières sorties choisies par le groupe
- Coup de projecteur sur la locale Salm-Ourthe
- Les nouvelles de la Locale Altéo Virton – Florenville
- Les nouvelles de la Locale de Bastogne

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

Alice Ingabire (régional)
Hélène Carpiaux (national)

• Collaboration

Karin Bergold
Mélanie Cornet
Brice Haeck
Francine Homel
Alice Ingabire
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



De volontaire à animatrice: Karin Bergold rejoint l'équipe régionale!

Volontaire engagée depuis plus de dix ans au sein du mouvement, Karin Bergold franchit une nouvelle étape en rejoignant l'équipe des permanents d'Altéo Luxembourg. Forte de son expérience dans le secteur médicosocial et de sa passion pour l'inclusion, elle met désormais son énergie au service des locales de Differt et de projets innovants. Entre l'accompagnement des groupes et la préparation du Relais pour la Vie 2026, découvrez le portrait d'une animatrice déterminée à faire bouger les lignes.

Pouvez-vous vous présenter en quelques mots ?

Je suis mariée et maman de deux grands ados de 19 et 15 ans. Après avoir débuté ma carrière dans l'encadrement d'équipes, j'ai rejoint l'univers mutuelliste il

y a près de 11 ans. J'ai d'abord travaillé au remboursement des soins de santé à Arlon, avant d'évoluer vers une fonction de responsable médicosocial en lien avec des Asbl partenaires comme L'Eglantine et Sésame. Je connais déjà Altéo car je suis bénévole au sein du mouvement depuis plus de 10 ans. J'y ai accompagné, puis coordonné le séjour jeune de la régionale - une expérience qui a été une véritable révélation ! J'y trouve un réel épanouissement.

Qu'est-ce qui vous a attiré vers Altéo et quelles sont vos premières impressions ?

Mon expérience de bénévole et mon attachement au mouvement m'ont donné envie de franchir le pas et de rejoindre l'équipe de permanents. Lorsque j'ai vu l'annonce pour le poste d'animateur, je me suis dit : « Ça me parle ! »

Contribuer à une société plus inclusive donne vraiment du sens à mon engagement. Je connaissais

déjà l'équipe Altéo Luxembourg et je dois dire que leur accueil a été incroyablement chaleureux.

Quels seront vos rôles et responsabilités ?

Je vais accompagner les locales de Differt : le groupe des aînés du lundi et les Bourlingueurs du jeudi.

Je rejoins aussi Mélanie sur un projet passionnant autour des maladies invisibles, mené avec un groupe de travail très investi... mais je ne vous en dis pas plus pour l'instant !

Enfin, je collaborerai également avec Geneviève sur l'organisation du prochain Relais pour la Vie à Arlon les 3 et 4 octobre 2026 - à vos agendas !

Avez-vous déjà des projets ou idées que vous aimeriez développer ?

En parallèle, je suis engagée dans l'ASBL Arlonaise Cheveux au Vent, qui propose des balades en tandem permettant à celles et ceux qui ne peuvent plus pédaler seuls de retrouver le plaisir du vélo. J'aimerais beaucoup faire découvrir ces vélos aux membres d'Altéo et imaginer des collaborations entre cette belle initiative locale et nos activités. Les possibilités sont nombreuses !

Je suis impatiente de rencontrer les membres, de poursuivre les projets déjà lancés et d'apporter ma pierre à la dynamique inclusive d'Altéo.

*Karin BERGOLD et Alice INGABIRE
Pour Altéo Luxembourg.*

Le GAC en action: deux premières sorties choisies par le groupe

.....
 Les 13 et 14 janvier, le GAC (groupe d'accessibilité culturelle) lançait sa toute première série de sorties... imaginées, discutées et décidées collectivement par ses membres. Une belle manière d'ouvrir l'aventure.

UN FILM QUI DONNE ENVIE D'OSER

Première étape: le cinéma de Marche-en-Famenne pour découvrir *OSE!* Une ascension de héros. Le groupe a été touché par cette histoire de participants atteints de pathologies chroniques qui se lancent un défi fou: gravir le Mont Olympe. Un film puissant sur la solidarité, la résilience et la force du collectif, qui a fait écho aux parcours de chacun.

UNE PLONGÉE SENSIBLE « AU-DEDANS LA FORÊT »

Le lendemain, changement total d'univers avec *Au-dedans la forêt*, un spectacle sonore immersif au Centre culturel. Casque sur les oreilles, les par-



ticipants ont voyagé dans un récit poétique sur la différence et les normes sociales. Une expérience qui a suscité émotions, réflexions et de belles discussions.

ET LA SUITE ARRIVE VITE...

Le groupe a déjà choisi ses prochaines sorties d'avril:

- **2 avril - 20h**: documentaire *Ma vie est un défi* (CinéXtra)
- **14 avril - 20h30**: théâtre *Dimanche* (MCFA)

ENVIE DE REJOINDRE LE GAC ?

Que vous souhaitiez intégrer le groupe ou accompagner les sorties en tant que volontaire, n'hésitez pas à contacter Mélanie au 0478/79.82.44

Pour le GAC, Mélanie CORNET
 et Brice HAECK



Coup de projecteur sur la locale Salm-Ourthe

Pour cette édition, nous mettons le cap sur Vielsalm, à la rencontre des volontaires de la locale Salm-Ourthe. Parmi eux, une figure incontournable : Régine Paul. Depuis 18 ans, elle donne de son temps et de son énergie avec une générosité sans faille. Véritable pilier de la locale, Régine incarne l'engagement et la solidarité qui font toute la richesse de notre mouvement.

Régine, parle-nous de toi...

« Je m'appelle Régine Paul et je suis volontaire dans la locale de Salm-Ourthe depuis 18 ans. À l'époque, j'étais seule, je venais de perdre mon mari. Une amie m'a tendu la main : elle m'a proposé de venir découvrir ce qui se passait dans la locale. J'y suis allée... ça m'a plu, et je suis restée. »



Un mardi à la locale de Vielsalm

Chaque mardi, notre petite équipe de six volontaires se retrouve dans la bonne humeur : Françoise, Geneviève, Ersyllia, Marianne, Christian et moi-même. Chacun a son rôle, ses talents, et c'est ce qui rend notre groupe si vivant.

Au début, je m'occupais de la cuisine, mais depuis l'année dernière, je ne peux plus le faire physiquement. Alors je me consacre aux crochets. Certains tissent des carrés, que j'assemble ensuite pour créer de jolis plaids. C'est un travail d'équipe, et chacun apporte sa touche : Françoise, Marianne et Ersyllia sont les reines du bricolage, Geneviève et moi gérons les crochets, et Christian veille sur les amateurs de puzzles tout en assurant le rôle de secrétaire de la locale.

Ici, chacun trouve sa place, et c'est ce qui fait la richesse de notre groupe.

Qu'est-ce que ton volontariat t'apporte ?

« Ce que j'aime ici, c'est la gentillesse et la reconnaissance des membres. Ils sont contents de venir, et certains sont là depuis mes débuts. Pour moi, c'est un vrai moment de distraction, de compa-

gnie, de lien social. Je me sens utile, et ça me fait du bien. »

Ce que Régine ne nous disait pas...

Ce n'est qu'en discutant avec les autres volontaires que nous avons compris à quel point Régine est le cœur battant de la locale Salm-Ourthe. Car si celle-ci existe encore aujourd'hui, c'est en grande partie grâce à elle.

Au moment du Covid, la dynamique s'est essoufflée : les volontaires ont quitté la locale, le secrétaire aussi. Régine s'est retrouvée seule, mais elle n'a pas baissé les bras. Un jour, lors d'un transport Altéo, elle fait la connaissance de Christian, également chauffeur. Elle lui parle de la locale, de son besoin de renouveau. Touché par son engagement, Christian décide de s'investir et devient le nouveau secrétaire. Petit à petit, l'équipe se reconstruit. Christian recrute Marianne. En 2021, Geneviève arrive pour donner un coup de main lors d'un repas de Noël... et ne repartira plus. Un couple propose de faire du bénévolat pour le service transports, et l'épouse, Françoise, rejoint à son tour la locale. Puis vient Ersyllia, venue aider avec son mari l'année dernière, qui choisit elle aussi de rester.

C'est ainsi, grâce à la ténacité discrète de Régine et à ces rencontres pleines de sens, que la locale Salm-Ourthe a retrouvé souffle et chaleur.

Et aujourd'hui, c'est une équipe soudée, vivante et engagée qui continue à faire vivre ce lieu de lien et de solidarité. Merci Régine, merci à tous !

Mélanie CORNET et Brice HAECK
Animateurs Altéo Luxembourg.

Altéo Virton – retour sur le diner du 26 octobre

Le dimanche 26 octobre 2025, Dîner annuel de la locale de Florenville à la salle St Roch à Les Bulles

Au menu : Apéro, salade tiède de canard, crème de volaille aux chicons, ballotine de dinde à l'Orval et dessert. Repas apprécié par tous autour de tables décorées par les participants à l'atelier du mercredi.

La journée s'est terminée par la traditionnelle tombola où tout le monde est gagnant.

A retenir pour l'an prochain, la date du 25 octobre.



Francine HOMEL,
Volontaire Altéo Virton – Florenville.



Goûter de Noël

Comme chaque année, sur invitation de l'Elan Gaumais, nous nous sommes retrouvés le 17 décembre à la salle La Gaumaise à Florenville.



Ambiance musicale assurée par les jeunes participants.

Les convives se sont réunis pour déguster les cougnous et, bien sûr, la bûche de Noël, sans oublier la visite du Père Noël venu chargé de friandises.

Merci à toutes les personnes qui ont permis de faire de ces deux journées, une réussite.

Prochaine activité prévue : journée à Orval.



Adieu Odette

Nous avons appris avec beaucoup de tristesse le décès d'Odette Devillé Avec son époux André, Odette participait à toutes nos activités. Son sourire, sa joie de vivre manqueront à tous.

Nous présentons à sa famille nos plus sincères et chrétiennes condoléances.

Francine HOMEL,
Volontaire Altéo Virton – Florenville.



Des nouvelles de Altéo Bastogne.

THÉ DANSANT

Le 18 novembre 2025, le groupe de la locale de Bastogne et le groupe Eglantine ont été invité au thé dansant qui était organisé à la seigneurie « l'Ambra » de Amberloup.

Un vrai moment de bonheur partagé et apprécié autant par les seniors que par les membres Alteo et Eglantine. « Nous avons mis l'ambiance » affirment les participants.

Un grand merci au personnel et aux résidents du home qui nous ont accueillis.

Merci, aussi, aux personnes qui ont assuré les transports.

Vu le succès, de telles expériences sont à reprogrammer ultérieurement.



DINER ET MARCHÉ DE NOEL



Fin décembre, autour d'un menu de fête, les participants de la locale de Bastogne ont terminé l'année 2025 dans la joie. Chacun a apporté sa petite touche : décoration du sapin, réalisation des décors de tables, aide à la préparation du repas, venir avec un costume de Noel, ou tout simplement exprimer sa bonne humeur. Merci à tous pour ce beau moment de partage. Et surtout merci à Guy, notre musicien.

Fin d'année c'est aussi les traditionnels marchés de Noel. Cette année, encore, il était bien fourni des nombreux bricolages, tricots, confitures ainsi que les biscuits et les truffes réalisés lors de nos activités.

Grâce aux bénéfices de nos ventes, nous pourrons programmer de nouvelles expériences durant l'année 2026. Nous avons déjà quelques idées...

*Dominique LANDTMETERS,
Volontaire de la Locale de Bastogne.*

Altéo Luxembourg
 ☎ 081/237.237
 du lundi au vendredi
 de 9h à 12h
 @ luxembourg@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