

« Si un jour on te reproche que ton travail n'est pas un travail de professionnel, dis-toi bien que l'Arche de Noé a été construite par des amateurs et le Titanic par des professionnels »

LE PETIT HÉMI-LIEN 2019 « 23ème année »

Mensuel, annonceur de l'asbl G.E.H (Groupe d'Entraide pour Hémiplégiques) : 4-595970-84

N°06/2019 (juin) agrégation postale P 401132 Bureau de dépôt : 1390 Grez-Doiceau

SIEGE SOCIAL : 27, rue de l'Eglise St Pierre ♦B. 1390 GREZ-DOICEAU

E-Mail : g.e.h@scarlet.be

☎ : 010 /81.68.46 (Mer. & Ven. après-midi de préfér.) ♦Banque : compte **IBAN** : **BE48 1149 0592 1427**

Antennes :

1. CHARLEROI ET REGION : Rue de la Dîme, 26 - 6120 Nalinnes (071/21.68.28)
2. NAMUR ET SA REGION : Ch de Dinant, 343/6 - 5000 Namur (081/22.47.59)
3. LIEGE ET SA REGION : rue Nicolas Lenoir, 83 4340 Awans (0477/13 30 64)
4. NIVELLES ET REGION : 55 rue Aux Cailloux - 1401 Baulers (067/21.79.05)
5. TOURNAI ET REGION : Bd Roi Albert 106b - 7500 Tournai (069/84.11.66)

Site Internet : <http://www.geh- asbl.be>

6. BRUXELLES : 1/9 Av de la Basilique - 1082 Berchem-St-Agathe (02/465.66.20)
7. MONS ET REGION : R A. Charrettes 72 - 7390 QUAREGNON (065/88.51.24)
8. WAVRE ET REGION : avenue Molière, 8/4- 13001-Wavre 0475/395 396
9. ARLON ET REGION : 9 Rue Norulle, 4 - 6730 - TINTIGNY (063/44.46.79)
10. OTTIGNIES : Clos A. Sax, 3, 1342 - LIMELETTE (010/40.24.42)

Chers amis,

- Notre **223**ème réunion-rencontre de **ce jeudi 20 juin 2019 à 14 heures** au Monastère de Clerlande, allée de Clerlande I à Ottignies, près du centre Lennox.

« **Parce que la solidarité vaut mieux que le désarroi** », venez nous rejoindre lors de cette réunion.

Nous célébrerons la **fête de la musique** avec une prestation musicale de notre ami Jean Hermans et de ses amis musiciens.

Cette agréable rencontre nous permettra de nous retrouver et de partager ce moment musical ensemble.

Infos GEH

- Notre barbecue annuel a lieu **le lundi 8 juillet 2019** cette fois au restaurant « **les Trois Clefs** » à **Gembloux**, chaussée de Namur, 17.

Il s'agit du même endroit que celui où nous avons eu notre repas annuel au mois de novembre 2018. Ce changement d'endroit permettra aux cuisiniers habituels de profiter de la journée. De plus, nous bénéficierons d'un large buffet avec de multiples choix. Un coupon réponse est joint à cette publication. Prix écrasé **18€/pers** au lieu de 35€? (soit **50%** de pris en charge par le GEH)

Infos générales

- **Un** nouveau guide sur le Handisport à Bruxelles est sorti. Ce guide a pour ambition de sensibiliser et d'informer les clubs, les communes et les associations sportives en Région de Bruxelles-Capitale sur les conditions nécessaires à rencontrer afin de développer des activités adaptées (Autonomia magazine)

- **Transport de Personnes à mobilité réduite** : « un bout de chemin » du lundi au vendredi de 4h

à 19h au 010/68 80 73 En dehors de ces horaires sur : **www.unboutdechemin.be**. Vous souhaitez calculer le prix de votre trajet : simulateur en ligne sur : www.unboutdechemin.be. Adresse : Verte voie 54/104 1348 Louvain-La-Neuve

- **Les trottinettes électriques partagées** : le revers de la médaille. Le phénomène n'a pas pu vous échapper. Depuis quelques mois, de nombreuses sociétés privées mettent à disposition des trottinettes électriques dans Bruxelles. L'engouement est réel et répond à un besoin du citoyen : multiplier les possibilités de se déplacer en toute facilité et sans polluer.

La mise en pratique sur l'espace public de cette initiative tout à fait louable révèle de nombreux dangers, dont le mode de stationnement des trottinettes. Le gouvernement bruxellois a légiféré. Les sociétés existantes ont jusqu'au **01/09/2019** pour demander l'obtention d'une licence qui implique, entre autres, de veiller à ce que les trottinettes ne gênent pas le passage des piétons. Les trottinettes mal garées mettent un certain nombre de personnes en difficulté voire en danger les personnes à mobilité réduite. Nul besoin d'attendre le premier septembre et des amendes financières pour commencer à être vigilants. Objectif courtoisie et partage de l'espace public (newsletter Autonomia)

- **Le** nouveau catalogue des séjours de vacances organisées par **Altéo** est en ligne! Il s'appelle « Le bonheur de l'évasion » Aujourd'hui encore, de nombreuses personnes confrontées à la maladie ou au handicap ne peuvent avoir accès à des vacances pour des raisons financières, ou à cause de l'inaccessibilité des infrastructures touristiques, de moyens de transports publics ou privés inadaptés. C'est pourquoi **Altéo** organise chaque année un nombre important de séjours de qualité. (Newsletter Autonomia)

- **Un** AVC est susceptible de bouleverser l'entièreté d'une personne : si certains patients paraissent

facilement le surmonter et s'attaquer sereinement à la rééducation, de nombreux autres vivent difficilement les retentissements de l'AVC en aïgu comme à distance. **L'AVC représente un choc émotionnel, quel que soit sa gravité.** L'individu qui vit ne serait-ce que passagèrement des symptômes l'affaiblissant sans qu'il puisse en aucun cas agir dessus, vit la détresse de se perdre soi-même.

L'AVC touche inégalement des personnes non égales par ailleurs ; il est bien logique que chaque histoire d'adaptation à l'AVC soit strictement individuelle. La récupération d'un AVC s'inscrit **dans le temps** de façon différente d'une personne à une autre. Il arrive fréquemment qu'une personne réagisse très bien à l'expérience de l'AVC tout le temps de l'hospitalisation initiale et qu'elle s'effondre au retour à domicile (ce qui est source d'une grande incompréhension et parfois de culpabilité pour son entourage). Il faut bien s'imaginer que **la récupération d'un AVC avec séquelles motrices ou cognitives est une course de fond et pas un sprint**, qu'il faut souvent des mois, voire des années pour s'en remettre... D'où l'importance de gérer au mieux ses ressources émotionnelles tout au long de cette période.



Humour

- **U**ne jeune femme demande à son amie: alors toujours amoureuse de ton parachutiste?
Non je l'ai laissé tomber !
- **U**N homme attablé au restaurant interpelle le serveur- Vous servez des andouilles à midi?
Bien sûr Monsieur, on sert tout le monde !
- **C**héri j'ai trouvé ce que j'allais t'offrir pour ton anniversaire, lance l'épouse à son mari...Tu vois la Ferrari rouge garée juste en bas de chez nous?
Oui bien sûr !!! Et bien je t'ai acheté un pull de la même couleur
- **U**ne femme emprunte la voiture de son mari pour aller faire des courses Le soir, ce dernier découvre sa voiture accidentée
-Mais qu'as-tu fait pour mettre ma voiture dans cet état? -Pas grand-chose, mais ta voiture est comme ta mère : elle se froisse pour un rien !
- U**ne femme, dans un supermarché, observe un

grand père accompagné de son petit-fils d'environ 3 ans. Le jeune garçon crie à tue-tête réclamant des bonbons, du chocolat etc. Pendant ce temps, le Papy continue calmement ses emplettes en répétant sans cesse : William calme-toi, nous ne serons pas ici longtemps... Calme-toi mon garçon. Nouveaux cris de l'enfant et le grand-père dit à nouveau tout doucement : C'est bon, William, plus que quelques minutes et nous serons sortis d'ici. Calme-toi mon garçon".

À la caisse, la petite terreur jette par terre ce qu'il peut attraper dans le panier. Le grand-père : "William, William, ne te fâche pas, nous serons à la maison dans cinq minutes. »

Très impressionnée, la femme va voir le grand-père qui est en train de placer ses courses dans le coffre de sa voiture et d'asseoir son petit-fils sur son siège.

La dame dit au grand-père : Ce ne sont pas mes affaires, mais vous m'avez complètement sidérée par votre calme olympien à l'intérieur du supermarché.

Je ne sais pas comment vous avez fait, mais vous avez tout le temps conservé votre sang-froid même si votre petit fils perturbait et dérangeait tous les clients dans le magasin. William est très chanceux de vous avoir comme grand-père. "Merci beaucoup Madame dit le grand-père, mais William, c'est moi "

Le nom de ce p'tit con là c'est Kevin et il va prendre la raclée de sa vie une fois rentré à la maison

Les anniversaires GEH

- **P**armi ceux dont nous connaissons la date de naissance, **en ce mois de juin 2019** nous penserons : Le **1** en mémoire de Philippe FILOT, le **2** en mémoire de Ginette GASPARD, le **5** à Muriel GERSON, le **10** à Maria DEJONG, le **11** à Gérald DEWIT, le **18** à Andrée CLAISSE et Emile GIARD, le **24** à Marie-Thérèse CARRIERE, le **27** à Michel GIARD et le **29** à Francine CUPPENS

Même, et surtout, s'il leur est impossible de nous rejoindre, ils recevront comme d'habitude une petite attention du GEH par l'entremise de nos amis Marie-Jeanne et Jean-Claude ALSTEEN (081/21.21.90)

Si vous ne figurez pas encore dans notre liste, rien de plus facile ! Vérifiez et communiquez-nous votre date de naissance, par coup de fil ou courriel. Nous y apporterons toute la discrétion voulue. Nous savons que vous appréciez à chaque fois cette petite attention GEH.

Cotisation de 20.00 € au compte GEH BE 48114905921427 Exonération pour tout don de 40.00 € minimum Prochaine RDV : Jeudi 26 septembre .Excursion Musée Hergé à LLN. A la place de notre réunion-Rencontre. N'oubliez pas de le noter sans attendre dans votre agenda.