

« 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 2021 « 25ème année »

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

N°01/2021 (janvier) Clap 237ème

agrégation postale P 401132 Bureau de dépôt : 1390 Grez-Doiceau

SIÈGE 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 préférer.) ♦ Banque : compte IBAN : **BE48 1149 0592 1427**

Antennes :

1- CHARLEROI ET REGION : Rue de la Dîme, 26 - 6120 NALINNES ☎ 071/21.68.28
2- LIEGE ET REGION : Rue Nicolas Lenoir, 83 - 4340 Villers-l' Evêque ☎ 04/257.65.56
3- MONS ET REGION : Rue A. Charrettes, 72 - 7390 QUAREGNON ☎ 065/88.51.24
4- OTTIGNIES : Clos A. Sax, 3, - 1342 LIMELETTE ☎ 10/40.24.42
5- WAVRE ET REGION : Av. Félix Lacourt, 130 - 1390 Grez-Doiceau ☎ 010/22.29.34

6. NAMUR ET REGION : Ch. de Dinant, 343/6 - 5000 NAMUR ☎ 081/22.47.59
7- NIVELLES ET REGION : Av du Centenaire 57/81/4 - 1400 Nivelles ☎ 0473/540.133
8- ARLON ET REGION : Ch.de Florenville, 48 - 6840 ☎ MONTPLAINCHAMPS
0497/504679
9- BRUXELLES : Av de la Basilique, 1/9 1082 BERCHEM-St-AGATHE ☎
02/465.66.20

Chers amis,

- En ce début d'année, nous vous présentons nos meilleurs vœux de bonheur, amitié, amour et surtout santé !

Nous espérons que 2021 sera meilleure que 2020 et nous permettra de vous retrouver !

Infos GEH

- La réunion-rencontre du 28 janvier est bien entendu supprimée au vu des mesures sanitaires toujours en vigueur.

- Vous trouverez ci-joint, si vous ne l'avez déjà réglée, votre formulaire de cotisation 2021. Celle-ci reste fixée à 20€. Néanmoins, les explications y sont précisées pour ceux qui privilégient plutôt de faire un don avec ce que cela comprend. A l'heure actuelle, nous ignorons si la déduction fiscale de 60% sera maintenue en 2021 plutôt les 40% en vigueur précédemment.

Infos générales

- **Aidants proches** : statut officiellement reconnu ! Cette loi renforce la reconnaissance et ouvre la possibilité à toute personne accompagnant un proche en perte d'autonomie de se faire (re)connaître auprès de sa mutuelle comme « aidant proche ». Pour cela, une simple attestation sur l'honneur suffit. L'aidant qui épaulé des personnes lourdement dépendantes peut prétendre à un congé spécifique dans le cadre de son travail, sous certaines conditions :

- une dépendance importante chez le proche aidé
- une prise en charge minimum de 50h/mois et de 600 h/an (magazine C'est l'Aviç)

- **Vaccination contre le Covid** : les premiers vaccins anti-Covid sont disponibles pour les Belges. La campagne de vaccination a démarré

symboliquement ce 28 décembre. Le but des autorités: vacciner 70% de la population, ce qui permettrait de rompre la transmission du virus.

Pourra-t-on vacciner toute la population ? Oui, mais pas tout de suite. 22 millions de vaccins ont déjà été commandés par la Belgique, 2 doses sont nécessaires pour la majorité des produits développés. Ils arriveront au compte-gouttes. Il faudra sans doute presque un an pour que soient vaccinés tous ceux qui le souhaitent. L'injection sera **gratuite et non obligatoire** dans notre pays.

Qui pourra se faire vacciner rapidement? Il y a plusieurs groupes prioritaires qui ont été définis. La campagne s'adressera d'abord au personnel et aux pensionnaires des maisons de repos et de soins. Ensuite, les soignants des hôpitaux et personnel de santé de première ligne pourront recevoir leur première injection. L'ensemble du personnel des soins de santé suivra. Seront ensuite concernés les plus de 65 ans, les plus de 45 ans présentant des comorbidités et les personnes dont la fonction économique ou sociale est essentielle, etc. Ces différentes phases pourront se chevaucher. Les personnes n'appartenant pas à ces groupes prioritaires devront probablement attendre l'été.

• **Quelle sera la durée de l'immunité offerte par le vaccin?** On n'en sait actuellement rien, par manque de recul. Ce qui a déjà été constaté, c'est que les personnes vaccinées présentent plus d'anticorps que les personnes infectées "naturellement" par le virus, ce qui donne l'espoir que leur immunité soit plus importante que celle qui s'installe après une contamination. Devra-t-on se faire vacciner chaque année? On n'en sait encore rien. Tout comme on ne sait pas si une personne vaccinée pourra transmettre le virus à un non-vacciné.

Le vaccin permettra-t-il de revivre normalement ? Un jour, probablement, mais pas tout de suite. 2021 devrait être une "année de transition", lors de laquelle une série d'activités devraient reprendre progressivement. Dès que la population à risque sera vaccinée et que le taux de décès aura diminué nettement, les Belges retrouveront déjà plus de liberté. Mais les gestes barrières, le port du masque et les règles d'hygiène seront conservés dans une certaine mesure pendant plusieurs mois encore (article du journal l'Echo)

- **S**ite de petites annonces en Belgique : **2ememain.be** le site le plus connu de petites annonces en Belgique a une rubrique chaise roulante. Bon à savoir ! (newsletter Autonomia)

- **W**atchhelp : c'est une application qui a la particularité de fonctionner avec une montre connectée (ou avec un autre smartphone). Elle est destinée à favoriser l'autonomie des personnes atteintes de troubles cognitifs, entraînant notamment des troubles de la mémoire, de la perception, ainsi que des difficultés à s'organiser, à décider ou à planifier. Ces différents symptômes peuvent être causés par un syndrome, une maladie ou un traumatisme cérébral (Newsletter Autonomia)

- **A**ccessAndGo propose différentes fiches thématiques reprenant des conseils et différentes aides techniques qui pourront vous aider dans votre vie quotidienne : exemple : quelles aides techniques utiliser pour cuisiner en autonomie ? Vous allez sur le site d'AccessAndGo et pouvez télécharger la fiche. Pour plus d'informations ou être accompagné dans votre projet, contactez AccessAndGo par mail ou par téléphone 02/772 18 95, rue de la Fleur d'Oranger 1 / 213 à 1150 Bruxelles



- **J**usqu'à présent, le fait de parler seule ne m'inquiétait pas, mais maintenant je commence à me répondre...

- **L**a voisine crie tellement fort sur ses gosses que moi aussi, j'ai fini par ranger ma chambre !

- **U**n inspecteur reçoit trois volontaires qui souhaitent devenir policières dans son équipe ; il leur fait passer un test.

Il s'adresse à la première, une blonde, et lui montre une photo. « C'est un suspect, regarde bien sa photo pendant 30 secondes et dis-moi comment tu le reconnaîtrais dans la rue... »

-La blonde répond : « Facile, il n'a qu'une oreille. »

-Le visage de l'inspecteur se défait : « Normal qu'il n'ait qu'une oreille, **la photo est de profil !** »

Il se tourne maintenant vers la deuxième, une blonde aussi, lui montre la même photo et lui pose la même question.

Réponse : « Facile, il n'a qu'une oreille. »

Le policier commence à s'énerver : « Réfléchis un peu... Normal qu'il n'ait qu'une oreille, **il est de pro-fil !** »

Il se retourne vers la troisième, encore une blonde et lui lance : « Bon, réfléchis bien avant de dire une connerie comme tes copines... Comment reconnaîtrais-tu le suspect ? »

La blonde un peu stressée et paniquée réfléchit avant de lancer un : « **Euh... facile, il porte des lentilles de contact.** »

Le policier qui n'était pas au courant de cet indice va donc voir le dossier et vérifie l'information, et effectivement, le suspect porte bien des lentilles de contact.

Il retourne vers la volontaire, très surpris et lui demande : « Félicitations, le suspect porte bien des lentilles, mais comment as-tu deviné ? »

Facile... avec une seule oreille, il ne pouvait pas porter de lunettes !

Les anniversaires GEH

- **P**armi ceux dont nous connaissons la date de naissance, en ce mois de **janvier 2021** nous penserons : le **1** à France Bozet et Louis Dumont le **4** à Carole Meunier, le **11** à Jocelyne Declercq, le **18** à Robert Spiette, le **22** à Claire Hubeau-Dumont et le **23** à Chantal Van Ryckeghem,

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.

Mot du Président,

Nous ne savons pas comment nous serons amenés à vivre cette année 2021.

Bien des incertitudes demeurent qui nous obligent à naviguer à vue, nous contentant de faire des prévisions bien aléatoires tant elles risquent d'être mises à mal voire bouleversées par des impondérables, telle une épée de Damoclès au dessus de nos têtes.

Les défis ne manquent pas et même si le découragement guette, tentons de le relever car le travail est stimulant et nos membres en valent, **tous**, la peine. Soyons de ceux qui continuent d'y croire.

L'année 2021 sera ce que nous en ferons avec l'aide et les encouragements qui n'ont cessé, d'ailleurs, d'être observés en cette fin d'année anxiogène, notamment à travers les vœux et réactions que beaucoup d'entre vous ont envoyés et/ou reçus en retour.

Même si 2020 fut une année blanche, privée de ces contacts qui nous faisaient tant de bien, nous croyons en ces temps meilleurs au cours desquels, nous l'espérons et en sommes convaincus, **l'envie de se revoir sera toujours bien présente.**

Merci à ceux qui, avec moi, sont restés sur le pont pour garder le cap au GEH, celui de la visibilité envers et contre tout. Le présent **Petit Héli-Lien** en est le symbole le plus évident. A son image, si contraints et forcés, nous changeons d'année et d'objectifs, que ce ne soit ni celui de la **solidarité** ni celui de la **convivialité**.

Je vous souhaite, à vous tous et à ceux qui vous sont chers, une année 2021 positive et remplie de petits bonheurs au quotidien. Illustration par ces résolutions "provençales" que nous prenons le risque d'oser faire nôtres.

Espérant nous revoir vite.

Thierry

Deux mille vingt et un.

2020 nous a appris la différence entre l'essentiel et l'habituel.

*A nous de retrouver ce qu'il y a d'exceptionnel dans ce qui nous semblait normal. **Vivre par exemple.***

Même si des amis manquent à l'appel, essayons d'être heureux sans regretter ce qu'on ne peut plus faire ou pas encore refaire.

*Réquisitionnons notre imagination pour construire des moments de bonheur avec ce que nous avons sous la main. Pour, dès que possible, **être prêts à rendre le normal exceptionnel.***

A dans un an et si nous ne sommes pas plus ; que nous ne soyons pas moins.

(Extrait du Noël provençal traditionnel)