

« 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 2022 « 26ème année »

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

N°12/2022 (décembre) Clap 256ème

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 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- LIEGE ET REGION : Rue Nicolas Lenoir, 83 - 4340 Villers-l'Évêque ☎ 04/257.65.56
- 3- MONS ET REGION : Rue A. Charrettes, les72 - 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 ☎ 0475/395.396

6. NAMUR ET REGION : Ch. de Dinant, 343/6 - 5000 NAMUR ☎ 081/22.47.59
- 7- LA LOUVIERE ; Impasse Salace, 1 7110 LA LOUVIERE ☎0473/540 133
- 8- ARLON ET REGION : Chaussée de Florenville,46 6840☎MONTPLAINCHAMPS 0497/504.679
- 9- BRUXELLES : Av de la Basilique, 1/9 1082 BERCHEM-St-AGATHE ☎ 02/465.66.20

Chers amis,

- **Nous nous retrouvons le jeudi 15 décembre 2022 à 14 heures** pour le « **goûter de Noël** » accompagné de ses cougnous et de son chocolat chaud.

Cette rencontre a lieu au Monastère de Clerlande, adresse que vous connaissez bien et où nous espérons vous y retrouver nombreux !

Infos GEH

- **C**omme nous devons commander un certain nombre de cougnous qui sont préparés artisanalement et spécialement pour notre ASBL, pouvez-vous nous préciser si vous participez ?

Infos générales

- **S**ucres cachés : PIÈGE N°1 : LES JUS Un verre de jus d'orange "100 % pur jus" (sans sucres ajoutés, Nutri-Score C) apporte du sucre, mais aussi des vitamines. Il est donc moins malsain qu'un soda de type cola. Conseil : mangez une orange pour avoir aussi des fibres.

PIÈGE N°2 : C'EST "NATUREL" Certains sucres à la mode sont parfois considérés comme plus sains car "naturels" (sucre de coco, d'agave, d'érable, etc.). Ils ne sont aucunement meilleurs que le sucre blanc issu de nos betteraves. Il reste des sucres, catégorisés comme sucres ajoutés. Conseil : méfiance, le naturel est trompeur !

PIÈGE N°3 : LES ÉDULCORANTS Les édulcorants, constituent une autre chausse-trappe tendue par l'industrie. Ils permettent notamment de diminuer le nombre de calories d'un produit pour l'accompagner d'allégations ("allégé", "0 %", etc.). Conseil : prudence, ils ne nous libèrent pas du goût sucré et certains sont soupçonnés d'être cancérigènes (magazine test santé)

- **S**ite internet : Natur' accessible. Il s'agit d'un projet de la Fédération des Parcs naturels en partenariat avec Access-i qui a pour but de faire découvrir la nature aux personnes à besoins spécifiques et/ou atteintes de déficiences ciblées (surdité, cécité, paraplégie, difficultés de motricité, déficience mentale...) Grâce à un financement de la Wallonie, les Parcs naturels de Wallonie ont pu développer le potentiel touristique de sites Natura 2000 à travers l'aménagement de circuits de découvertes thématiques. (magazine C'est L'Aviq)

Mail : parcsnaturelsdewallonie.be

- **M**odification des règles relatives au transport aérien des personnes handicapées. La DGAC (Direction Générale de l'Aviation Civile) modifie les règles relatives au transport aérien des personnes handicapées Depuis le 21 juillet 2022, les compagnies aériennes ne peuvent plus refuser un passager sur motif de handicap ou d'une mobilité réduite. Si l'état de santé risque d'être affaibli suite au vol, alors le passager doit avoir une justification du médecin prouvant qu'il est apte à prendre l'avion. Si néanmoins la compagnie refuse un passager, elle devra lui écrire une lettre justifiant les raisons pour lesquelles elle a pris cette décision (Autonomia)

- **S**i vous bénéficiez d'un taux de TVA réduit : 6% au lieu de 21% pour l'achat d'un véhicule, sachez que vous pouvez aussi bénéficier de ce taux réduit pour l'achat de pièces détachées, d'équipements et d'accessoires, ainsi que sur les travaux d'entretien et de réparation de votre véhicule (pas de récupération de TVA possible). (Autonomia)

- **P**MR récup : Recyclage de matériel pour PMR, ventes et locations. L'association recycle et rénove les aides matérielles pour qu'elles puissent encore servir pour d'autres personnes. L'association reprend le matériel uniquement sous forme de dons.

Ce matériel est loué ou revendu à bas prix, une fois remis en état. Les prix demandés tiennent compte : de l'enlèvement du matériel (Véhicule, carburant, assurance, taxes...), de la remise en état, le nettoyage, les batteries neuves pour les appareils en disposant, le stockage (Loyer entrepôt, charges, assurances).

Toutes ces prestations sont réalisées par des bénévoles. L'association dispose également de pièces de rechange.

Pour les demandes, merci de contacter par téléphone ou par mail :

Siège social, rue des Linottes, 6 5100 Naninne (Namur)

Entrepôt: Chaussée de Bruxelles, 735 / 86210 Frasnes-Lez-Gosselies

Bureau: Rue Cadeau, 14, 6210 Rèves

Mail : pmr.recupbe@gmail.com

GSM : **0475 87 25 51** du lundi au vendredi de 9h à 18h



- **Mémé** Rosalie à la messe

- Une petite expérience valant mieux qu'un long discours, un curé décide qu'une démonstration donnerait plus de poids à son sermon du dimanche. Pour cela, il met quatre vers de terre dans quatre flacons :

- Le premier ver dans un flacon plein de Ricard,
-Le second dans un flacon plein de fumée de cigarette

-Le troisième dans un flacon de sperme-

- Enfin le dernier, dans un flacon d'eau bien propre
A la fin de son sermon, le curé donne les résultats de son expérience :

Le ver dans Le flacon de Ricard est mort- Le second, dans Le flacon plein de fumée de cigarette, est mort. - Le troisième, dans Le flacon de sperme, est mort- Le dernier, dans Le flacon d'eau bien propre, vit toujours.

Le curé demande donc à l'assemblée : Quels enseignements pouvons-nous tirer de cette démonstration ?

On entend alors la voix de Mémé Rosalie au fond de l'église : "Tant qu'on boit, qu'on fume et qu'on baise, on n'aura pas de vers !"

- **L**e mariage est comme un mirage dans le désert : palais, cocotiers, chameaux. Soudain tout disparaît.

Et il ne reste plus que le chameau.

- **U**n monsieur est à l'hôpital avec la tête enveloppée d'un solide pansement. L'infirmière lui dit :

- Mon pauvre monsieur, votre femme doit vous manquer...

- L'homme répond : D'habitude oui, mais cette fois-ci, elle m'a eu.

- **T**oto est dans son lit lorsqu'il appelle son papa :

- Papa, je peux avoir un verre d'eau ?

- Non, Toto, c'est la nuit, on dort !

- Mais j'ai soif, je voudrais un verre d'eau !

- Toto, arrête ou tu vas avoir une fessée !

- Papa ! - Quoi, encore ?

- Quand tu viendras me donner une fessée, tu pourras m'apporter un verre d'eau ? »

- **U**n petit garçon de huit ans à peine appelle les policiers pour leur demander de venir d'urgence parce que son papa est en train de se faire démolir par un autre homme sur la rue devant sa maison... Arrivés sur les lieux, alors que les deux hommes se battent toujours, les policiers demandent : Dis-nous vite, petit, c'est lequel ton papa ?

- Ben, justement, monsieur, on ne sait pas et c'est pour ça qu'ils se battent !

Les anniversaires GEH

- **P**armi ceux dont nous connaissons la date de naissance, en ce mois de **DECEMBRE 2022**, nous penserons : le **2** à Monique **DEGENEFTE**, le **4** à Myriam **STURBOIS** (épouse de Louis Dumont), le **5** à Valérie **TASIAUX**, le **6** à Michel **HANQUET**, le **15** à Laurette **MORDANT** (veuve de Danny **MEYER**), le **17** à Michel **DEJONG**, le **20** en mémoire de Michel **MERCIER**, le **24** à Adèle **NTEMA**, le **30** à Marie-Thérèse **VAN DELFT** et le **31** à Jacqueline **AMEYE** 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 : BE481149059214 Exonération de 45% pour tout don de 40.00 € minimum



Mot du président. En ce Clap 256 : le dernier de 2022

Oufti Kén'ambiance ! C'est l'expression qui nous vient spontanément à l'esprit pour relater l'atmosphère qui régnait d'emblée à l'arrivée de chacune et chacun au « 3 Clés » à Gembloux, dimanche 20 novembre dernier, dîner anniversaire traditionnel du GEH.



*Bonheur et Joie de retrouvailles, si souvent perturbées au cours de ces trois dernières années. Joie ponctuée par « l'hymne à la Joie » éponyme de **Ludwig von Beethoven** devenu l'habitude introductrice de chacune de nos rencontres. L'occasion ainsi de perpétuer l'hommage rendu à feu notre ami **Jean Hermans** qui avec son violon, lui, nous enchantait à l'entame de chacune d'elles. Cette Joie, c'est pour la partager et la savourer une dernière fois en cette fin 2022 que nous vous convions comme déjà annoncé par **Ivette** ci-dessus, à nous rejoindre ce **jeudi 15 décembre** à Clerlande pour notre traditionnel « **goûter de Noël** » avec cougnous, et accompagnement chocolaté spécialement confectionnés pour nous.*

*Afin de pouvoir les commander en suffisance, nous vous demandons **dès maintenant** une fois de plus de vous inscrire auprès d'**Isabel** (par mail cevada.isa@gmail.com ou 010/40.24.42).*

Après le succès de celui de dimanche dernier au « 3 Clés » un quizz musical viendra en animation (dont chants de Noël) et donnera ainsi à tous l'occasion de pousser la chansonnette avec par facilité, cette fois, les paroles qui seront affichées à l'écran. Place donc à l'ambiance

A bientôt donc avec dans vos bagages vos habituels sourires et bonne humeur.

Thierry