

« 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 2023 « 27ème année »**

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

**N°05/2023 (mai) Clap 261ème** 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](mailto: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,

- Une excursion aura lieu le **vendredi 26 mai 2023** au **Jardin Botanique de Meise** en car adapté ! Nous mangerons sur place et aurons la chance de profiter d'une visite guidée des serres ! Un coupon réponse avec tous les détails et informations importantes est joint à cette publication. Participation du GEH à hauteur de **70%** pour les seuls **membres en ordre de cotisation**

Nous insistons une fois de plus pour que vous vous inscriviez **dès maintenant** afin de nous éviter de devoir chaque fois vous envoyer des rappels. Il en va de notre quiétude car cela est très chronophage. D'autant que quelques scooters nous seront apportés sur place par nos amis de **G-Médi** et il n'y en aura pas pour tous. **Raison de plus pour vous manifester !**

### Infos GEH

- Notre ami Jean-Claude ALSTEEN, membre du GEH depuis novembre 2001 et administrateur (dont nous avons apprécié le soutien), nous a quittés le 13 avril. Avec son épouse, il nous envoyait une petite carte à l'occasion des anniversaires, ce qui était toujours apprécié par les



membres.

Il nous représentait également à la **LUSS** (Ligue des Usagers des Services de Santé)

- Notre fête de la musique aura lieu le **22 juin 2023 à 14 heures** et sera animée par une chorale **Gospel**, ambiance assurée ! Tartes et bulles seront nos compagnes du jour. Nous espérons vous y voir nombreux !

- **Dernier rappel** en cette fin de 1<sup>er</sup> trimestre : : celui de verser votre cotisation annuelle de **20€** si vous êtes concernés...et que vous pouvez bénéficier d'une réduction fiscale de 45% tout en étant membre si vous versez **40€ en indiquant bien « DON »**.

Sauf erreur de notre part, nous sommes sans nouvelles de Nathalie Cl., Edith et Albin Br, Monique Cl et Monique D., Michel D., Louis D, Michel H., Carole M, Christiane N., Roland P, Margueritte R, Emmanuelle Sch, Chantal Van M, Pascal L., Valérie T., Philippe Th, Sabine T., Mariette Van Ro.

Merci à eux de réparer cet oubli de versement avant de nous voir contraints de les enlever de nos listes. En cas de difficulté financière, n'ayez crainte de nous contacter pour y trouver une solution.

### Infos générales

- **Livre** sur l'AVC : disponible au sein du centre de documentation de **l'Aviq (0800/160.61)** : « Vaincre l'AVC ». Ce livre fournit toutes les informations nécessaires pour éviter l'accident vasculaire cérébral, le reconnaître quand il arrive, le surmonter et éviter la récurrence. Les proches et les soignants y trouveront aussi des conseils pour accompagner le malade (magazine C'est l'Aviq)

- **Allergies** saisonnières : nez bouché ou qui coule, yeux qui piquent, rougeurs, éruptions cutanées, éternuements, maux de tête...Les symptômes sont parfois difficiles à différencier de ceux d'un simple rhume. Alors qu'un rhume peut provoquer de la fièvre

et ne dure généralement pas plus de 10 jours, la rhinite allergique persiste, elle, plusieurs semaines ! Si vous souffrez du rhume des foins et que les symptômes persistent ou reviennent régulièrement, le mieux est de réaliser un dépistage chez un allergologue pour identifier le pollen responsable. En fonction des résultats, un traitement médicamenteux ou une désensibilisation pourront être prescrits. (magazine **Partenamut**)

- **G**uide « l'Europe pour tous » : Un guide de voyage inclusif et sans Limites. Le site en ligne **Autonomia** (autonomia.org) s'est lancé un défi pour plus de liberté, de circulation et pour assurer un tourisme accessible. Les rédacteurs ont identifié ce qui se fait dans les autres pays d'Europe afin de nous informer davantage sur ces destinations à ne pas rater et nous rendre la vie plus simple quant à la préparation de vos voyages. Retrouvez sur le site de nombreuses rubriques vous permettant d'organiser vos vacances, en passant des articles concernant le Voyage et la Santé, à ceux sur le Voyage et les Déficiences, ou encore l'Autorisation de l'Équipement d'Assistance à bord des avions. Ceci s'ajoutant à des articles renseignant les modalités de chaque pays d'Europe à visiter, vous n'avez plus aucune excuse pour ne pas voyager cet été ! (newsletter **Autonomia**)

- **O**ù sont les toilettes : trouvez rapidement toutes les toilettes autour de vous en un clin d'œil ! Plus de 150 000 toilettes référencées gratuitement ! Une application pratique et simple comme bonjour pour trouver des toilettes à proximité. Où sont les toilettes saura vous aider dans toutes les situations et dans tous les pays du monde ! Découvrez les toilettes spécifiquement GRATUITES, avec accès handicapé ou notées 5 étoiles par les autres utilisateurs. (newsletter **Autonomia**)

- **A**ide financière pour une planche de transfert électrique de véhicule Dispositif conçu pour les conducteurs qui se transfèrent de leur fauteuil roulant au poste de conduite. Fixée à l'intérieur de l'habitacle, la planche de transfert se déploie au moment du transfert. C'est une aide financière de l'Aviq pour les personnes reconnues qui ont de

graves difficultés à s'installer dans une voiture ordinaire.

Le demandeur doit être propriétaire du véhicule à adapter. S'il ne l'est pas, le demandeur doit être hébergé chez son conjoint, chez son cohabitant légal, chez la personne avec laquelle il forme ménage commun, chez un parent ou chez un allié au premier ou deuxième degré, ou dans une famille d'accueil sélectionnée par un service d'accueil en placement familial agréé par l'AVIQ (newsletter **Autonomia**)



- **C**onseil d'ami : Nous le savons tous, on risque de plus en plus gros si on se fait contrôler positivement en rentrant chez soi après une soirée un peu arrosée, chez des amis ou au restaurant -Eh bien, le week-end dernier, j'ai passé une très agréable soirée avec des ami(e)s et comme d'habitude : apéritif, de très bons vins, et un petit pousse-café pour terminer en beauté.

-Au moment de prendre congé de mes hôtes, malgré le fait que je me sentais parfaitement bien, j'ai eu l'intelligence de penser que j'avais peut-être dépassé la limite permise. Alors, pour la première fois dans de telles circonstances, j'ai pris un bus pour rentrer chez moi ! Heureusement d'ailleurs, car sur la route pour rentrer à la maison, il y avait les policiers qui filtraient les véhicules et faisaient souffler les conducteurs dans le ballon. Mais, voyant un bus, ils lui ont fait signe de passer et je suis arrivé chez moi sans incident. C'était vraiment une surprise, car je n'avais jamais conduit de bus auparavant. D'ailleurs, je ne me souviens plus où je l'ai pris...Et maintenant il est devant ma porte, et je ne sais plus quoi en faire !

-**T**rois petits vieux qui étaient de bons amis se retrouvent après de longues années :« Que faites- vous depuis que vous êtes en retraite ? »

Le premier dit :« Moi, je fais de la photo...

Le deuxième :« Moi, je jardine. »

Et le troisième annonce :« Moi, je fais de la recherche... - Ah bon ! Et dans quoi ? - Tous les jours, je cherche mes lunettes, ma canne, mon dentier, mes clés... »

- **U**n homme de 70 ans se marie avec une jeune de 30 ans. Le lendemain, il demande à son ami : Comment tu me vois à côté de ma belle épouse ? ... L'ami lui répond : Comme l'oreille du taureau !

Je ne comprends pas ?

Loin des fesses et tout près des cornes !!

### **Les anniversaires GEH**

- **P**armi ceux dont nous connaissons la date de naissance, en ce mois **de mai 2023** nous penserons : le **2** en mémoire de Jacques **FRANCOIS-JAMIN**, le **12** à Fernand **MIGEAL**, le **15** à Carmine **MINUCCI**, le **18** à Isabelle **SCHURMANS**, le **19** à Monique **CARIERE**, et le **26** à Mariette **VAN ROSSOM-THEYS**

*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 savons que vous appréciez chaque fois cette petite attention GEH sous forme à présent d'une une « carte virtuelle e-carte » ou d'un mail de souhaits.*

*Mireille CROES qui s'en charge gentiment nous signale cependant ne pas avoir l'e-mail de certains d'entre vous et d'être dans l'impossibilité d'y pourvoir.*

**Rappel : Cotisation de 20.00 € au compte GEH**

**BE48 1149 0592 1427. Exonération de 45% pour tout don de 40.00 € minimum**

**PS :**

- Signalons que le répondeur du **GEH (010/81.68.46)** ne retient pas votre n° d'appel et qu'il est donc impératif de le communiquer dans votre message, au risque de « parler dans le désert ».
- Exemple : Il nous est **impossible** de répondre par tél à Jourdain Z : car son numéro de tél est en permanence en dérangement ou débranché. Merci à lui de résoudre ce problème en nous en communiquant un autre.

➤ Réservez (par téléphone ou mail) sans tarder !

VENDREDI 26 MAI 2023

EXCURSION au JARDIN BOTANIQUE DE MEISE (Jardin et Serre)

en car adapté

1 - Aller :

- **11 h** : Départ **impératif** à partir du **Parking WALIBI** : Bvd de l'Europe, 100 à Wavre (au fond à gauche, avant la sortie : du côté de la rue de la Wastinne).
- **12 h** : Dîner à l'Orangerie de Meise.  
Carbonnade de bœuf à la flamande maison avec de la bière d'abbaye, frites, salade et boisson (eau, 1 verre de vin, bière pils ou cola).
- **13 h 45** : Départ vers les Serres.
- **14 h 30** : Visite guidée des Serres (durée 1 h 30).
- **16 h 30** : Pause goûter avant le départ **à charge de chacun**. (tarte, café..).

2- Retour à WALIBI (vers 18 h)

**Coupon-réponse : A renvoyer sans délais.**

**De préférence par mail à [cevada.isa@gmail.com](mailto:cevada.isa@gmail.com) ou par tél. 010/40.24.42**

NOM : ..... PRENOM : .....

☎ : ...../.....

GSM : ...../..... (Indispensable pour vous joindre en cas d'absence au(x) RV ce jour-là !)

♦ biffez les cases utiles : **Il est important que nous sachions où nous devons vous attendre !**

viendra au parking de **Walibi**  viendra à **Meise, par ses propres moyens**

▪ Participera et sera accompagné de (nbre) ..... **personne(s)**

▪ Et verse donc ..... x **25 € / membre GEH ou accompagnant direct** - au lieu de **80 € !!**

**Soit 70% pris en charge ☺**

..... x **60 € / non membre GEH**

Soit la somme totale de : ..... € **pour le 18 mai** au plus tard.

Sur le compte **BE48 1149 0592 1427** du GEH, avec en communication : « **MEISE** »

**Il sera indispensable de vous procurer une chaise roulante** (Mutuelle, Croix rouge..) si vous vous déplacez difficilement. **Pour votre confort et celui des organisateurs.**

♦ biffez les cases utiles :

Je peux me déplacer seul

Je ne me déplace qu'en fauteuil roulant et désire réserver une place pour lui avec moi **dans le car.**

Je peux me déplacer un peu mais emporte un fauteuil roulant dans la soute du car.

En cas de problème ce jour-là ou la veille vous devez impérativement nous le signaler au **0478/618.643** (GSM de Thierry).  
Sinon vous ne serez pas remboursé des frais de réservation engagés.