

« 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°12/2023 (décembre) Clap 266ème**

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

SIÈGE SOCIAL : 27, rue de l'Église 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,**

- **Nous nous retrouvons le jeudi 14 décembre à 14h au Monastère de Clerlande** pour fêter ensemble Noël ! En effet, nous organisons le « **goûter de Noël** » avec cougnous et chocolat chaud au programme ! De plus, cette fois, vous pourrez emporter un cougnou avec vous après en avoir dégusté un !

### **Infos GEH**

- **Le repas de fin d'année ce dimanche 19 novembre**, fut vraiment une réussite à tous les niveaux ! En effet, non seulement les mets étaient savoureux, le service impeccable et l'ambiance chaleureuse, mais chacun et chacune avait le sourire aux lèvres, tous et toutes ont profité de ce moment de détente dans la grisaille actuelle !

### **Infos générales**

- **Service d'assistance en gare SNCB** : après un test réel, il est validé ! Après m'être annoncée auprès d'un membre du personnel à l'entrée de la gare des Guillemins, à Liège, celui-ci m'a invitée à attendre quelques minutes, car un employé prévu pour l'assistance allait arriver. L'employé m'a conduite jusqu'au train et jusqu'à la place qui m'était attribuée (en 1<sup>ère</sup> classe)

Le train m'a conduite jusqu'à Bruxelles Sud où un autre employé m'a véhiculée en chaise roulante jusqu'au quai du TGV. Comme j'allais en France, à Lille, j'avais réservé ma place en ligne quelques jours auparavant.

Là, par contre, heureusement que je sais marcher, car il n'est pas possible d'accéder au couloir du TGV en chaise roulante ! Le couloir est trop étroit ! Je présume que, dans ce cas, on doit prendre un autre train « classique ». Je l'ignore, puisque je n'étais pas concernée.

En France, sur le quai d'arrivée du TGV, un assistant m'attendait également afin de m'aider. (Ivette)

- **Alternatives végétales au lait** : privilégiez le soja. Les boissons végétales ont certains atouts, mais aucune n'arrive à apporter tout à fait les mêmes caractéristiques nutritionnelles que le lait. Seules les boissons au soja s'en rapprochent. A la base, les boissons végétales sont pauvres en calcium. Mais les fabricants les enrichissent en calcium et en certaines vitamines pour les rapprocher un peu d'un substitut au lait. Attention : toutes ces boissons contiennent naturellement du sucre. Mais les fabricants rajoutent encore du sucre dans certains de leurs produits pour en rendre le goût plus agréable. L'idéal est donc d'opter pour un produit sur lequel il est indiqué « sans sucre ajouté » (magazine Test-Santé)

- **Projet : Open4All.eu** : L'asbl Autonomia lance avec fierté le projet Open4All.eu. Cette initiative vise à faciliter la vie des personnes en situation de handicap en identifiant et en promouvant les commerces accessibles. Nous croyons en un monde où chacun est le bienvenu, quel que soit son niveau de mobilité, son âge, ou sa situation. En ouvrant les portes de la communauté Open4All, nous souhaitons célébrer des établissements exemplaires qui partagent nos valeurs. Exemple : la chocolaterie/pâtisserie Éclat Cacao, Éclat Cacao marque l'histoire en tant que premier commerce partenaire d'Open4All, Dans quelques jours, ils vont accueillir l'installation d'une rampe pour les personnes à mobilité réduite (PMR). Cette initiative exemplaire témoigne de leur engagement envers une accessibilité totale. **Eclat cacao** ; Rue Henri Vandermaelen 77, 1150 Bruxelles, téléphone : 02/762 69 59 (Newsletter Autonomia)

- **Poignées de robinet Derby** : Les robinets traditionnels peuvent être difficiles à tourner, en particulier pour les personnes avec des problèmes de

préhension ou de faiblesses musculaires au niveau des mains.

Les poignées Derby peuvent résoudre ce problème en fournissant de larges poignées texturées faciles à pousser. Les dispositifs de poignées se vissent au robinet avec une doublure intérieure antidérapante fournissant un levier supplémentaire pour tourner les robinets plus facilement. Attrayants et faciles à utiliser, ces tourne robinets s'utilisent sur les robinets en cristal et avec une tête en croix. Les poignées texturées sont douces, la prise en main est confortable et sécurisée. La poignée se visse sur le tourne robinet. Aucune installation n'est requise. Le code couleur permet aux personnes avec une vision limitée d'identifier plus facilement les robinets (site Autonomia)



- **U**n groupe de femmes se trouvait à un séminaire intitulé : "Comment vivre une véritable relation amoureuse avec votre mari ?"

On leur a posé plusieurs questions : Combien parmi vous aiment leurs maris ? Toutes les femmes ont levé la main.

Ensuite on leur a demandé : Quand pour la dernière fois, avez-vous dit à votre mari que vous l'aimiez ? Certaines ont répondu aujourd'hui, quelques-unes hier et d'autres ne s'en rappelaient plus.

On leur a ensuite demandé de prendre leur portable et d'envoyer le texto suivant à leur mari : "Je t'aime, mon chéri"

Dans les 10 minutes suivantes, les femmes ont ensuite été invitées à lire à voix haute le message reçu en retour.

Voici 11 réponses:

- 1.. C'est qui ?
- 2.. Hé, t'es malade ou quoi ?
- 3.. Oui, je t'aime aussi. Mais qu'est-ce qui ne va pas ?
- 4.. Je suppose que t'as encore crashé la bagnole...
- 5.. Je ne comprends pas ce que tu dis, message incomplet.
- 6.. Qu'as-tu encore fait ?
- 7.. Ne tourne pas autour du pot ! Dis-moi combien tu veux ?
- 8.. Je rêve ou quoi ?

9.. Si tu ne me dis pas à qui est destiné ce message, ça va barder.

10. Je pensais que nous étions d'accord et que tu ne boirais plus la journée.

11. Ne me dis pas que ta mère vient s'installer chez nous ?

- **D**ans un collège anglais, un vieux couple est assis près du feu. Le mari lit son journal pendant que sa femme boit du thé.

-Darling ?

-Hmmm ?

-Darling, si jamais je venais à mourir, penseriez-vous à vous remarier ?

-Oh ! My goodness, je crois bien que oui, à vrai dire... Quelques gorgées de thé plus tard :

- Darling ?

-Hmmm ?

- Darling, si jamais vous vous remariez, habiteriez-vous notre maison avec votre nouvelle femme ?

-Oh ! My goodness, je crois bien que oui, à vrai dire... La tasse de thé bue entièrement :

-Darling ?

-Hmmm ?

-Darling, si jamais vous jouez au golf avec votre nouvelle femme, utiliseriez-vous mes clubs de golf ?

-Oh ! my goodness, certainement pas, elle est gauchère !

### Les anniversaires GEH

- **P**armi ceux dont nous connaissons la date de naissance, en ce mois **de décembre 2023** 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** (épouse de feu notre ami Danny **MEYER**), le **17** à Michel **DEJONG**, le **20** en mémoire de Michel **MERCIER**, le **23** à Françoise **DESAGHER**, le **24** à Adèle **NTEMA**, le **30** à Marie-Thérèse **VAN DELFT** et le **31** à Jacqueline **AMEYE**

*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. Vous aurez à présent une « carte virtuelle e-carte » un mail de souhaits envoyé par Mireille CROES. Nous savons que vous appréciez chaque fois cette petite attention **GEH. Cotisation de 20.00 € au compte GEH BE4811 4905 9214-27 Exonération de 45% pour tout don de 40.00 € minimum***



## *Mot du président. En ce Clap 266. Déjà le dernier avant l'entame de notre 28<sup>ème</sup> année. Eh oui !*

En écho des infos GEH lues ci-dessus, voici quelques réactions et images « pieuses » (LOL) de notre dernier dîner annuel en date, ce dimanche 19 novembre.

D'entrée de jeu, tous y furent remerciés pour l'extrême rapidité (date butoir largement devancée) avec laquelle nous sont parvenues leurs inscriptions. La première fois depuis 27 ans. Comme quoi et selon le dicton bien connu : « **Tout vient à point à qui sait attendre** ». Preuve aussi que nos insistances répétées en la matière finissent par porter leur fruit, nous permettant d'être tellement plus cool (n'est ce pas **Isabel**) et surtout rassurés d'être toujours en phase avec les attentes et souhaits de chacun.



C'est d'ailleurs sur cette même rapidité que nous comptons pour que ceux qui ne se sont pas encore inscrits dimanche au « **3 Clés** » pour notre **gôûter de Noël** (26 inscrits déjà) le fassent par retour de courriel (à **Thierry**) afin de pouvoir ajuster notre commande de coug nous, que nous dégusterons tout d'abord sur place arrosé de chocolat chaud mais aussi pour celui que chacun pourra emporter ensuite (prévoir petit sachet). Ambiance musicale au menu.

Nous vous suggérons de penser déjà à votre **cotisation** de 2024. Pour rappel : si vous versez 40€ (avec- **RAPPEL important** - pour seule communication **« DON »** et non cotisation) vous serez considéré en ordre de celle-ci pour 2024 et recevrez dès janvier prochain votre attestation fiscale, récupérant déjà tout la même année dès notre prochain dîner de printemps



(et prix écrasé pour nos membres). Calcul vite fait!

D'autant que, nos deux containers de bouchons plastiques ont été livrés ce 27/11(photo ci-dessus) pour être broyés et transformés en paillettes pour par exemple alimenter les imprimantes 3 D. Ainsi, grâce aux rentrées financières générées pour livraison de **>6tonnes** de bouchons pour broyage mais aussi celles allouées par **Fost+** avec laquelle nous avons une convention en tant que fournisseurs de déchets nous permet d'annoncer être ainsi toujours en mesure **en 2024** d'intervenir à hauteur de **+/- 70 %** dans toutes les invitations (6 au moins ) que nous vous adresserons l'an prochain.

**Thierry**