

« 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 2024 « 28ème année »

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

N°01/2024 (janvier) Clap 267ème

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- LIEGE ET REGION : Rue Nicolas Lenoir, 83 - 4340 Villers-l'Evêque ☎ 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,

- **E**n ce début d'année, toute l'équipe du GEH vous présente ses meilleurs vœux pour 2024.

Qu'elle vous apporte tout ce que vous désirez et surtout une bonne santé, c'est le plus important !

Infos GEH

- **C**omme chaque année, nous vous rappelons de payer **votre cotisation annuelle de 20€**. Vous savez que cette cotisation nous aide beaucoup à vous proposer de belles excursions ou des repas agréables tous ensemble ! Si vous souhaitez verser **40€ pour bénéficier d'une réduction fiscale de 45%**, vous devez indiquer « **don** » en **communication**. Cette mention est importante pour le service fédéral Finances.

- **N**'oubliez pas de participer à notre Assemblée Générale **le 22 février**, elle nous permettra de déguster ensemble bulles et pâtisseries !

Infos générales

- **Aides matérielles individuelles : Bye-Bye Service Phare ?**

À partir du 1/01/2024 en **Région bruxelloise**, les aides matérielles individuelles pour les personnes en situation de handicap **ne seront plus organisées par le Service PHARE**. Ces aides seront reprises par les **mutualités présentes sur le territoire bruxellois ou par la Caisse Auxiliaire d'Assurance Maladie-Invalidité (CAAMI)**

En pratique, à partir du 1/01/2024, c'est auprès de votre mutualité ou de la CAAMI que vous pourrez vous adresser pour tout ce qui concerne les aides matérielles individuelles destinées aux personnes en situation de handicap : demande d'informations, de formulaires, de remboursements... Les demandes d'aides matérielles seront traitées par

les mutualités selon **des procédures similaires à celles qui étaient utilisées par le Service PHARE**. Les services qui vous accompagnent (services sociaux, services d'accompagnement...) continueront à vous **aider dans vos démarches de demandes d'aides matérielles** auprès de votre mutualité. (newsletter Autonomia)

- **P**rojet Handistreaming : il a pour objectif la diffusion des initiatives prises par les régions, provinces, communes et/ou tout autre opérateur pour une plus grande inclusion. Ici on veut fournir une vision complète de l'inclusion dans **chaque commune de Bruxelles**. Par exemple, Woluwe-Saint-Pierre a mis en place un dispositif qui s'intitule « le service d'aide aux familles » (SAF). Il s'adresse à toute personne domiciliée dans cette commune et vise à répondre aux besoins des familles, des personnes âgées et également des personnes en situation de handicap. L'objectif principal de ce service est de simplifier la vie à domicile en offrant un soutien aux individus dans les tâches quotidiennes, tout en encourageant leur indépendance. L'équipe se compose d'aides familiales et d'aides ménagères. La commune de Woluwe-Saint-Pierre a également différents projets de logements en vue (newsletter Autonomia)

- **P**arlons antibiotiques : Grâce à l'initiative du Service Fédéral Santé Publique, l'AVIQ a participé à la création d'un site internet qui répond à un très grand nombre de questions à propos des antibiotiques. Les antibiotiques sont des médicaments qui peuvent sauver des vies. Mais si on ne les utilise pas correctement, on augmente le risque que les bactéries deviennent résistantes à ces médicaments. Ils perdent alors leur efficacité et ne permettent plus de traiter certaines infections.

Ce phénomène, appelé AMR (AntiMicrobial Résistance) peut ainsi mettre en péril notre santé et même celle de nos animaux. Alors ensemble, parlons des an-

tibiotiques et de leur utilisation **parlonsantibiotiques.be** (magazine c'est l'Aviq)

- **C**hanger de regard sur le handicap invisible. Souvent incompris, minimisé, voire nié, le handicap invisible représente pourtant 80% des handicaps et peut entraîner des conséquences directes sur la vie quotidienne.

IL existe beaucoup de handicaps invisibles : c-à-d qu'on ne les remarque pas au premier coup d'œil. L'AVC est facteur de nombreux handicaps invisibles : - La fatigabilité est la séquelle la plus constante des lésions cérébrales acquises. Elle se manifeste par des difficultés de concentration, de l'énerverment ou par des signes physiques comme des maux de tête.

- Des troubles de l'humeur aussi apparaissent très fréquemment : anxiété, tristesse, difficultés à maîtriser ses émotions isolément, agitation, irritabilité... Ils peuvent s'accompagner de symptômes physiques : fatigue, troubles du sommeil (la personne dort trop ou pas assez), diminution ou augmentation de l'appétit.

- capacité d'attention réduite : La personne peut se montrer distraite et ressentir des difficultés pour se concentrer. Cela peut l'empêcher de mémoriser des informations ou de faire plusieurs choses en même temps.

Il existe encore de nombreuses séquelles de l'AVC (ces exemples ne sont pas exhaustifs !) qui sont indétectables au premier regard. (<https://www.handicap-invisible-avc-tc.fr>)



- **E**mile se présente dans un grand magasin pour une place de vendeur. Le chef de rayon lui demande s'il a de l'expérience.

- si j'ai de l'expérience, oufti ! mais je suis le roi de la vente ! Y'a pas meilleur vendeur que moi ! Je vendrais des patins à roulettes à un cul de jatte tellement je suis bon !

- Et tu as des références ?

-Oh oui je suis liégeois, alors j'ai beaucoup de bagout ! C'est pas une référence, ça ?

- le chef, goguenard, décide de l'essayer pour la journée, histoire de voir...

Le soir, il revient vers son nouveau vendeur..

- Alors, Emile, combien de clients aujourd'hui ?

- Un seul

-c'est pas très brillant, ça, pour un roi de la vente ! Et quel montant ?

-100

-100 quoi ? 100 cacahuètes ?

-100 000€ bien sûr !

- Quoi ? 100 000€ Mais... comment ça ? Avec un seul client ? Comment as-tu fait ça ?

- Facile ! un type se présente et je lui ai vendu un hameçon. Puis je lui ai proposé un petit lancer et une série de mouches. Et comme je lui ai dit qu'il ne peut pas pêcher sans être bien équipé, je lui ai vendu aussi la grande canne avec la ligne et les bouchons puis aussi un moulinet.. Après, pour ne pas qu'il passe pour un plouc devant les autres pêcheurs, je lui ai vendu l'équipement, les bottes, le ciré et le bob. Et puis je lui ai demandé où il comptait aller pêcher, il m'a dit : sur la côte.

Alors, je lui ai dit qu'il ferait bien d'acheter un bateau pour pêcher au large et je lui ai vendu un hors-bord de 8 m avec 2 moteurs... Ensuite, je lui ai demandé comment il allait emmener son bateau sur la côte... Y savait pas, alors je lui ai vendu une remorque et un 4X4 pour tracter le tout.

Puis on a fait les comptes : ça faisait 102 000 € Je lui ai fait un prix à 100 000 €. Il a signé, c'est tout !

- Tu as vendu un bateau et un 4X4 à quelqu'un qui venait pour acheter un hameçon ?

- Heu...En fait, pas vraiment. Le client venait pour acheter une boîte de tampons pour sa femme, alors je lui ai dit : foutu pour foutu, pourquoi n'iriez-vous pas à la pêche ?

Les anniversaires GEH

- **P**armi ceux dont nous connaissons la date de naissance, en ce mois de **janvier 2024** nous penserons : le **1** à 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**,

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 267. Soit comme annoncé, le début de notre 28^{ème} année. Terminée dignement comme il se devait par notre dernière rencontre du 14 décembre dernier dont je laisse à Mireille, notre gentille vice-Présidente, le soin d'en faire le bref compte rendu que voici.

Des nouvelles de notre goûter de Noël du 14 décembre 2023

C'est avec joie que nous nous sommes retrouvés nombreux (23) à ce dernier RDV 2023.

Comme d'habitude, la bonne humeur était au rendez-vous tout autant que le bonheur évident des retrouvailles.

Nous avons eu l'occasion d'évoquer les anniversaires de nos membres du mois de décembre. Un quizz musical s'en est suivi avec pour thèmes la joie, les animaux, la danse et chants de Noël.

De délicieux cougnous et chocolat chaud ont été dégustés par les participants et chacun a pu reprendre un cougnou pour la maison.

Pour terminer en beauté, quelques chants ont encore été interprétés, notamment : « Le plat pays qui est le mien » (Jacques Brel) et « Non rien de rien » (Edith Piaf). Vivement notre prochaine rencontre !!

Mireille Croes

Je profite de l'occasion pour remercier chaleureusement Mireille, au nom de nous tous, pour l'envoi fidèle et à temps précis de nos souhaits de bon anniversaire à tous ceux qui nous ont confié leur date de naissance.

Au moment de rédiger, nous avons d'ailleurs pu apercevoir que le carrousel en la matière s'est déjà bel et bien mis à tourner. Ce ne sont pas les jubilaires cités ci-dessus qui me démentiront.

Nos remerciements également à l'adresse d'Isabel qui a consacré tout son temps de Noël à modifier nos statuts afin qu'ils puissent être envoyés avant le 31 décembre (date butoir) pour parution au Moniteur belge, oeuvrant ainsi à maintenir à flot le fragile esquiffe que constitue le GEH.

Souhaits de circonstance, pour tous et chacun :

En cette période, puisse le ciel comme allié, avec le vent dans le dos et les étoiles comme guide, faire en sorte que les turbulences de la vie ne soient que de simples secousses tout au long de ce voyage d'un an.

Ensemble, tentons de changer le monde. Que nos modestes pas nous conduisent ensemble là où les autres ne vont pas, ne vont plus.

Thierry