« 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 HEMI-LIEN 2025 « 29ème année »

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

N°09/2025 (septembre) **Clap 283ème** Agréation 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 – https://www.geh-asbl.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** : Bd des Combattants, 30/1 4470 **Saint-Georges**☎ 0477/133.064
3- **OTTIGNIES** : Clos A. Sax, 3, - 1342 LIMELETTE ☎ 010/40.24.42
4- **WAVRE ET REGION** : Av. Félix Lacourt, 130 – 1390 **Grez-Doiceau** ☎ 0475/395.396
5. **NAMUR ET REGION** : Ch. de Dinant, 343/6 - 5000 **NAMUR** ☎ **0478/701.874**
6-- **ARLON ET REGION :** Chaussée de Florenville,46 6840☎**MONTPLAINCHAMPS** 0497/504.679
7 BRUXELLES : Av de la Basilique, 1/9 1082 BERCHEM-St-AGATHE ☎ 02/465.66.

Chers amis et amies,

- **E**n ce mois de septembre, nous espérons que vous avez passé un bel été et que vous avez pu en profiter ! Le soleil est aussi dans nos cœurs !

Infos GEH

- **N**ous avons été contraints de supprimer notre barbecue annuel, faute d'un nombre suffisant de participants…
Pour le repas annuel du mois de novembre, espérons qu'il n'en sera pas de même et que vous serez nombreux à vous inscrire !

Infos générales

- **A**liments décongelés **:** Les denrées alimentaires qui ont été congelées et décongelées doivent porter la mention "décongelé". Sauf en ce qui concerne les ingrédients présents dans le produit fini, les aliments pour lesquels la congélation constitue une étape nécessaire dans le processus de production et les aliments pour lesquels la décongélation ne présente pas d'influence négative sur la sécurité ou la qualité de l'aliment.(Test-Achats : vos droits au quotidien)

- **C**ité-Services asbl : l'AVJ au service d'une autonomie réelle
Implantée au cœur de la Cité de l'Amitié à Woluwe-Saint-Pierre, Cité-Services est un service d'aide à la vie journalière (AVJ) destiné aux adultes présentant un handicap physique.
Sa mission : permettre aux bénéficiaires de vivre chez eux, de façon autonome et intégrée, en apportant, à la demande, l'assistance nécessaire pour les actes de la vie quotidienne (lever/coucher, soins d'hygiène, repas, déplacements de proximité, etc.). Cette approche centrée sur la personne vise la qualité de vie, la sécurité et la participation sociale, 24h/24 dans le périmètre autorisé.
Le service s'adresse prioritairement aux habitants de la Cité de l'Amitié et s'inscrit dans l'écosystème local de l'accessibilité et du logement adapté. Il travaille en lien avec les associations et institutions régionales actives dans l'inclusion des personnes à mobilité réduite.
Adresse (siège social) : Rue du Ciel Bleu 13A/400, 1150 Woluwe-Saint-Pierre (Bruxelles).
Téléphone : 02 772 31 11.
Email : citeservices@cswd.be.
Site web : https://cswd.be/ (présentation du service AVJ). (newsletter Autonomia)

- **A**ccéder c'est exister ! photographiez l'accessibilité de votre quartier et devenez Ambassadeur·rice de l'Accessibilité dans votre quartier !
Vous connaissez votre quartier comme votre poche ? Vous savez quelles rues sont agréables à parcourir, quels commerces sont accueillants, et où se cachent encore des obstacles ? Rejoignez notre réseau d'ambassadeurs d'accessibilité
Votre rôle :• Observer et partager les points forts et les difficultés d'accessibilité de votre quartier.
• Être une voix locale pour améliorer la mobilité, l'inclusion et la qualité de vie de tous.
• Contribuer à construire une ville plus accueillante, rue par rue, lieu par lieu.
Pas besoin d'être expert·e : votre connaissance des lieux et votre regard de citoyen·ne sont vos meilleurs atouts.
Ensemble, faisons de chaque quartier un espace ouvert à toutes et tous ! 👉 Intéressé·e ? Contactez-nous à **com@autonomia.org ou 0475/931125**

- **L**e « Wheeleo » dispositif d'aide à la marche-déambulateur à une main et à roues- mis au point par

l'équipe de kinésithérapeutes du Centre Lennox est désormais éligible au remboursement en Wallonie.
Dans un cadre hospitalier, le Wheeleo® est un allié précieux pour la rééducation, les transferts et la mobilisation optimisée du patient.
Son utilisation est courante et validée par de nombreux thérapeutes. Cependant, sa mise à disposition en dehors des séances de prises en charge n'est pas encore systématique.
Pourtant, le Wheeleo® permet de soulager le personnel soignant en impliquant davantage le patient dans ses transferts, voire en le rendant autonome. De plus, une mise à disposition permanente du Wheeleo® favorise un exercice continu du patient tout en réduisant le risque de chute.
A Bruxelles, Depuis le 1er janvier 2024, le Wheeleo® est partiellement remboursé par votre mutuelle via Iriscare.
En Wallonie, le remboursement partiel du Wheeleo® est possible depuis mars 2025, via votre mutuelle et l'Aviq.

- **D**élais d'attente dans les soins de santé : vous avez dû patienter longtemps pour obtenir un rendez-vous chez un spécialiste ? L'enquête de Test Santé montre que les délais d'attente peuvent atteindre plusieurs mois ! En Belgique, il faut attendre en moyenne 81 jours (3 mois) pour consulter un spécialiste comme un cardiologue. Les plus longs délais : 131 jours pour un ophtalmologue, 114 jours pour un dermatologue, 112 jours pour un gynécologue !
Le sud du pays aggrave la moyenne. Vous y attendez généralement 96 jours pour une consultation. On observe la même tendance pour des examens comme l'imagerie médicale, mais elle est moins prononcée.
Même si on fait savoir que le problème de santé est urgent, le temps d'attente n'est pas nécessairement plus court. Avec les risques que cela comporte : 22% des usagers déclarent que leur état s'est dégradé dans l'attente de la consultation avec un spécialiste.(magazine Test Santé)

Humour :

Les occasions de sourire se font rares, alors profitons-en !

- **J**'ai acheté un livre sur internet qui s'intitule « Comment arnaquer les gens. » Ça fait trois mois et je n'ai toujours pas reçu ce livre…

- **C**e matin j'étais en train de définir un mot de passe de reconnaissance vocale pour mon nouveau téléphone quand un chien, à proximité de moi, a aboyé et s'est enfui. Maintenant je suis à la recherche de ce chien pour déverrouiller mon téléphone !

- **L**e monde serait un endroit merveilleux si les gens étaient vraiment comme ils sont décrits à leur enterrement.

- **A** ceux qui se plaignent du chant du coq à la campagne, sachez que si vous allez en Bretagne pour les vacances, ce sera pire ! Vous entendrez le loup, le renard et la belette chanter !

- **R**espectez les gens avec des lunettes ! Ils paient cher pour vous voir !

- **C**e matin, j'ai cumulé deux conneries à la suite. Je me suis pesé et.... j'ai consulté mon compte bancaire.-

- **Ê**tre un homme n'est pas facile. : pas de maquillage, pas de perruque, pas de faux ongles, pas de faux cils…Quand t'es moche, t'es moche et tu le restes !

- **P**eut-on dire « Adieu » quand on n'est pas croyant ? Remarque, moi j'ai bien un pote manchot qui dit « À demain ».

Les anniversaires GEH

- **P**armi ceux dont nous connaissons la date de naissance, en ce mois **de septembre 2025 nous penserons :** Le **2** à Nathalie **CLASSE, le 4** à Isabel **LEAL CEVADA**, le **11** à France **LISON,** le **12** en mémoire de Jean-Claude **ALSTEEN**, le **16** en mémoire de Désiré **GLIBERT,** le **21** à Douceline **KESTELOOT**, le **24** à Martine **BELIN,** le **27** à Jacques **BAUTHIER** et Claude **POUMAY**
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 » ou un mail de souhaits envoyé par Mireille CROES. Nous savons que vous appréciez chaque fois cette petite attention même si une réaction de remerciement n'est pas toujours reçue par Mireille.

Cotisation de 20.00 € au compte GEH BE41149059214- 27
Exonération de 45% pour tout don de 40.00 €