

🏠 RÉSIDENCES SERVICES
Allier autonomie et sécurité.

% SUCCESSION
Les avantages du legs en duo.

⚠️ MALTRAITANCE
Une réalité méconnue.

Seniors

Jacques Mercier :
« De nos jours,
les seniors vivent
une nouvelle vie. »



© COVERPHOTO : KRIS VAN EXEL

Maisons de vie et de soins & Résidences services


senior assist
être soi-même sans souci



Résidence Apollo
02/733 54 43
Rue des Palmiers 29
1150 Woluwe-Saint-Pierre

Résidence Bellevue
02/533 01 00
Avenue du Roi 157
1190 Forest



Résidence Classic
02/426 42 54
Avenue van Overbeke 160
1083 Ganshoren

Résidence Pléiades
02/777 51 11
Avenue des Pléiades 15-19
1200 Woluwe-Saint-Lambert



Maison Saint Ignace
02/474 16 11
Avenue Lima 20
1020 Bruxelles

DANS CETTE ÉDITION



Habitations groupées

Quand autonomie rime avec projet social.

P04



Santé

L'impact des maladies neurologiques et mentales sur notre société.

P07



ONLINE



Animal de compagnie

Une bonne nutrition pour une bonne santé.

LISEZ-EN PLUS SUR: WWW.ASSUREZVOTREAVENIR.BE

INTRODUCTION

Quelle place pour les seniors dans notre société ?

Selon une étude récente de l'Organisation mondiale de la Santé, la proportion de 60 ans et plus dans la population mondiale va presque doubler entre 2015 et 2050, passant de 12 à 22 %. Henri Lurkin voit cette évolution comme une opportunité.

Le vieillissement de la population est une réalité. Qui sont ces seniors dont on parle tant ? Le décret du 26 mai 2011 à l'origine de la création de la Commission des seniors les définit comme « toute personne ayant atteint l'âge de 60 ans ». L'amélioration des conditions de vie et le progrès perpétuel des techniques médicales garantissent à la plupart d'entre nous une espérance de vie qui va bien au-delà de cet âge. L'allongement de la vie est un atout pour l'être humain et représente une opportunité énorme pour notre société. Pour la saisir, il est du devoir de nos dirigeants de prendre en compte cette évolution, mais surtout de l'utiliser dans l'intérêt de tous.



Henri Lurkin

Président de la Coordination des Associations de Seniors

La proportion de 60 ans et plus dans la population mondiale va presque doubler entre 2015 et 2050.

retraités puisque l'âge de la pension est toujours fixé à 65 ans. Certains choisissent également de poursuivre une carrière au-delà de cet âge. Ensuite, on peut aisément affirmer que les retraités de 2016 ne sont pas les retraités de 1966. Nombre de retraités mettent à profit leur temps libre pour continuer à produire ou, et c'est peut-être encore plus important, à transmettre.

Le bénévolat est bien entendu très répandu dans la part la plus âgée de la population. Prenons l'exemple des écoles des devoirs, précieuses à bien des égards. La plupart des surveillants et des conseillers appartiennent à la tranche d'âge des 60+. Les initiatives destinées à faire profiter les plus jeunes de l'expérience de leurs aînés sont nombreuses et variées et concernent également le monde professionnel. Ainsi, certaines structures proposent des services de consultation

en entreprises par des retraités ou mettent en contact des jeunes et de moins jeunes qui prennent alors un rôle de mentor.

Mobilité et autonomie

Bien entendu, la préoccupation première d'une personne âgée est la santé et, par prolongement, la mobilité et l'autonomie. Prévoir un nombre de lits suffisant dans les maisons de repos ou donner une priorité au maintien à domicile doivent évidemment rester une obligation de nos gouvernants. Cependant, si l'on veut que les seniors prennent la place qui leur revient dans notre société, il est nécessaire que l'allongement de la vie soit pris en compte tant dans les travaux de voies publiques que dans l'urbanisation de nos villes, dans la réfection des voiries et dans les transports en commun. Ce qui est encore trop négligé de nos jours.

L'expérience au service de l'avenir

Tout d'abord, il est important de préciser que les seniors ne sont pas tous

SUIVEZ-NOUS



/MediaplanetBelgique



@MediaplanetBE



Mediaplanet Belgium



Mediaplanetbe



Mediaplanet Belgium

SENIORS DÉCEMBRE 2016 • **Managing Director:** Leoni Smedts • **Head of Production:** Daan De Becker • **Web Editor:** Shannah Jongstra • **Business Developer:** Nicolas Mascia
 • **Project Manager:** Alexandre Liégeois - Tel: +32 2 421 18 27 - E-mail: alexandre.liégeois@mediaplanet.com • **Rédaction:** Philippe Van Lil, Maria-Laetitia Mattern, Jacqueline Remits
 • **Lay-out:** i GRAPHIC - E-mail: reclamebureau@i-graphic.be • **Print:** IPM • **Distribution:** La Libre Belgique • D/2016/12.996/60

On passe facilement à côté de la maltraitance des aînés...

Les aînés sont parfois victimes de maltraitements physique, psychologique, financière, civique. Vous êtes victime, témoin de maltraitance ou vous vous posez des questions, nous sommes là pour vous écouter et vous aider.

Si vous souhaitez soutenir l'Asbl Respect Seniors, vous pouvez réaliser un don sur le compte BE54 3631 0661 8497. Toute donation d'un montant supérieur à 40 € bénéficie d'un avantage fiscal, l'Asbl Respect Seniors ayant reçu l'agrément.

0800 30 330
www.respectseniors.be

RESPECT SENIORS
 Agence wallonne de lutte contre la maltraitance des aînés



Vieillir en maison de repos pour un suivi sécurisant

Accident, hospitalisation, invalidité... Lorsqu'il n'est plus possible pour une personne âgée de rester chez elle, la maison de repos se présente souvent comme premier choix. Le résident y bénéficie d'un suivi et d'un encadrement optimal pour vivre ses vieux jours.

Le rôle d'une maison de repos est d'accueillir des personnes valides, semi-valides ou invalides. Une prise en charge leur est alors proposée, à tous les niveaux, jusqu'au décès. Mais, contrairement à autrefois, les seniors ne se tournent que très rarement vers une maison de repos lorsqu'ils sont encore en forme. L'âge moyen d'admission se situe actuellement entre 83 et 85 ans, pour une durée moyenne de 3 ans. La maison de repos représente donc plutôt une solution d'urgence survenant par exemple suite à une chute, entraînant une hospitalisation et une incapacité à s'autogérer.

La plupart des gens souhaitent en effet rester chez eux le plus tard possible. En cause ? Un besoin de liberté, de conserver ses repères, mais également



Contrairement à autrefois, les seniors ne se tournent que très rarement vers une maison de repos lorsqu'ils sont encore en forme. L'âge moyen d'admission se situe actuellement entre 83 et 85 ans.

© PHOTO : PRIVÉ

des raisons financières. Le prix moyen d'un hébergement en maison de repos tourne autour de 1 500 à 2 000 €, ce qui représente un coût significatif qui n'est pas toujours facile à gérer.

Une prise en charge sérieuse et rassurante

La maison de repos propose un package complet, incluant : le loyer, les charges, l'entretien de la chambre,

l'hôtellerie, la pension complète, le matériel d'incontinence ainsi que les soins infirmiers. Les honoraires de médecins ou de kinés ainsi que les frais pharmaceutiques ne sont pas compris dans le prix. Il faut également différencier maison de repos et maison de repos et de soins. Si la maison de repos au sens strict propose également des soins, la maison de repos et de soins respecte des normes plus

élevées en matière de suivi médical, impliquant notamment la présence d'une infirmière 24 h/24 dans l'établissement, ce qui n'est pas le cas en maison de repos. Mais dans les deux cas, les personnes âgées vivent dans un environnement sécurisant et adapté à leur état de santé.

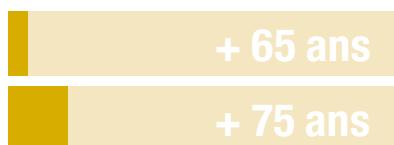
Maria-Laetitia Mattern

redaction.be@mediaplanet.com

Halte à la maltraitance des seniors !

Le phénomène de la maltraitance des seniors est malheureusement loin d'être marginal. Il appelle à une attention de tous.

Flagrante ou non, la maltraitance des aînés est multiforme : psychologique, physique, financière, civique, médicale ou due à des négligences. Et ses conséquences peuvent être multiples : sentiment d'abandon, dépression, suicide, culpabilité, peur, dégradation de l'état de santé, séquelles physiques, etc. Qu'elle soit intentionnelle ou non, elle se produit aussi bien à domicile - dans près de trois quarts des cas - que dans des institutions publiques et privées comme les maisons de repos ou les hôpitaux (un quart), ou encore, parfois, en milieu professionnel. Toutefois, l'au-



Selon l'OMS, 5 % des plus de 65 ans et 15 % des plus de 75 ans en Europe seraient victimes de phénomènes de maltraitance.

teur de la maltraitance n'est pas forcément un proche de l'aîné ou un professionnel de l'institution. In fine, selon l'OMS, 5 % des plus de 65 ans et 15 % des plus de 75 ans en Europe seraient victimes de phénomènes de maltraitance.

Conseils

Certains facteurs aggravent ce risque. Ils peuvent être liés à : la situation de base de l'aîné, comme sa dépendance physique ou psychologique, ou des troubles de santé et du comportement tels que la démence ; la situation de l'auteur de la maltraitance, comme la fragilité psychologique de l'aidant ou encore le manque de formation ou de temps du personnel soignant ; la relation entre la victime et l'auteur, telles qu'une dépendance financière de l'un à l'autre ou la cohabitation dans un

espace restreint. Ce ne sont bien sûr là que quelques exemples !

Si vous êtes victime ou témoin d'une maltraitance, vous pouvez agir en contactant les services compétents. Mais avant d'en arriver là, il suffit parfois tout simplement, pour le témoin d'une telle situation, d'être à l'écoute du senior, de lui donner des conseils ou encore de prendre contact avec l'auteur des faits. La maltraitance commence souvent par l'indifférence et la résignation !

+ Lisez-en plus sur les cas de maltraitance de nos aînés sur www.assurezvotreavenir.be

Philippe Van Lil

redaction.be@mediaplanet.com

INSPIRATION



Des habitations cogérées

De nos jours, les aînés entendent combattre la solitude tout en gardant leur indépendance, y compris dans leur logement. Les habitations groupées cogérées par des seniors répondent à ce souhait.

Ce type de logement s'adresse à des personnes aux alentours de 60-70 ans capables d'être autonomes et de s'autogérer, tout en ayant le désir d'allier vie privée et vie en groupe. En pratique, ces habitations réunissent généralement une dizaine de personnes. Chacune dispose de son propre appartement comprenant un living avec kitchenette, une chambre à coucher et une salle de bain ; chacune y installe ses propres meubles. Parmi les locaux à usage commun, le groupe bénéficie d'une cuisine, d'une salle de séjour, d'une chambre d'amis et d'une buanderie.

Un sentiment de sécurité

Côté gestion, les résidents assument ensemble l'organisation. Ils s'en répartissent les charges et responsabilités, tout en étant épaulés par des bénévoles d'ASBL spécialisées en habitat groupé. Le coût de fonctionnement de la maison est également réparti entre les habitants, qui déterminent eux-mêmes les activités communes et leur fréquence : repas, réunions, etc. Au-delà de la convivialité, un tel mode de vie présente encore un autre avantage non négligeable pour des personnes âgées : le sentiment de sécurité. En cas de problème, il y a toujours quelqu'un à proximité !



L'acheteur peut acquérir un bien immobilier à un coût inférieur de 30 à 50 % à ce qu'il devrait normalement consentir pour un bien similaire.

Le viager est encore sous-exploité

Le viager reste encore trop méconnu des vendeurs et acquéreurs de biens immobiliers. Le système s'avère pourtant souple et rentable pour les parties prenantes.

Pour le vendeur, également appelé « crédientier », le viager constitue l'opportunité de bénéficier d'un revenu mensuel supplémentaire non imposé sans avoir à changer sa façon de vivre. Même s'il est parfois difficile, ne fut-ce que psychologiquement, de se séparer de ses « briques », le vendeur jouit d'un plus grand confort : il n'a plus à restreindre ses dépenses en raison d'un budget trop limité. En ces temps de basse inflation, il reste utile de préciser que la rente viagère est indexée.

Un bien acquis moins cher

De son côté, l'acheteur, appelé « débirentier », peut acquérir un bien immobilier à un coût inférieur de 30 à 50 % à ce qu'il devrait norma-

lement consentir pour un bien similaire. En outre, l'acquisition ne nécessite pas un apport de capital de départ important, ce qui évite un prêt bancaire lourd et le remboursement de charges d'intérêts. Signalons que s'il y a accord des parties prenantes, les conditions du viager peuvent prévoir la fin du paiement de la rente viagère après une période déterminée et pas nécessairement au moment du décès du crédientier.

En dépit de ses avantages évidents, le viager reste malheureusement trop méconnu tant par les acquéreurs que par les vendeurs. Réclamer plus d'informations n'engage à rien, même si, au final, le viager n'est pas l'option retenue par un acquéreur ou un vendeur. De nombreuses brochures explicatives détaillent les modalités d'application, obligations légales, avantages et inconvénients de cette formule.

Philippe Van Lil

redaction.be@mediaplanet.com

Abbeyfield
Belgium

Vivre chez soi, Habiter ensemble

Habitat groupé participatif et locatif pour seniors

Un nouveau projet de vie dynamisant

Déjà 5 maisons existantes

Ouverture prochaine d'une maison à Neder-over-Hembeek et à Chastre

Avec le soutien de la Cocof,
de la Région de Bruxelles-Capitale et d'Orion SPRL

Tél : 0489 188 808
contact@abbeyfield.be

WWW.ABBEYFIELD.BE

VIAGERIM

J.F. Jacobs : Le spécialiste du viager à votre service depuis 30 ans.

RENTE MAXIMUM INDEXÉE

SANS IMPÔT

NON TAXÉE - BOUQUET ÉLEVÉ

OPERATION AVANTAGEUSE
POUR LES 2 PARTIES VENDEUR ET ACQUÉREUR

Bureaux accessibles sur rendez-vous
du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h30

VIAGERIM

Rue Solleveld, 2
B-1200 Bruxelles

Tél 02/762.35.17
Fax 02/762.35.98

JF.JACOBS@PROXIMEDIA.BE
WWW.VIAGERIM.EU

Associer autonomie et sécurité grâce aux résidences-services

Les résidences-services, trop peu connues du grand public, représentent pourtant une bonne alternative pour les personnes âgées. Garantissant autonomie et assistance, elles offrent un cadre rassurant pour vivre ses vieux jours en toute sérénité.



Ce qui différencie la résidence-service d'un simple bloc d'appartements, c'est par exemple l'assistance et la sécurité assurée aux résidents. En cas de nécessité, ils peuvent en effet faire appel au personnel disponible.

Il n'est pas toujours aisé pour une personne âgée de quitter son chez-soi pour s'installer dans un home. Entre l'indépendance complète de sa maison et l'assistance permanente du home, la résidence-service s'avère être une solution équilibrée idéale pour de nombreuses personnes.

Autonomie et vie privée

L'autonomie est le premier avantage de ces résidences-services, qui attirent des personnes soucieuses de conserver leur vie privée. Elles peuvent y organiser leur vie elles-mêmes, au sein de leur appartement : y inviter qui elles veulent, aux heures de leur choix. Elles bénéficient chacune de leur propre boîte aux lettres, cuisine, salle de bain, etc.

En plus de leur appartement, les résidents disposent d'un accès à des espaces communs, plus ou moins équipés selon les établissements. Ces espaces sont à leur disposition pour y inviter leur famille ou leurs amis. Enfin, au-delà de l'hébergement, les personnes choisissent « à la carte » les ser-

vices auxquels elles souhaitent accéder, comme le restaurant de la résidence si elles préfèrent ne pas cuisiner.

Une assistance en cas de nécessité

Ce qui différencie la résidence-service d'un simple bloc d'appartements, c'est également l'assistance et la sécurité assurée aux résidents. En cas de nécessité, ils peuvent en effet faire appel au personnel disponible. Une chute ? Un accident ? Un système d'alarme leur permet d'appeler à l'aide et de bénéficier d'une intervention rapide. Un soutien administratif est également accessible pour ceux qui le désirent.

Dans notre société touchée par un important vieillissement de la population, la résidence-service permet donc un compromis intéressant et favorise la stimulation des personnes âgées, encouragées à faire les choses par elles-mêmes, et ce le plus longtemps possible.

Maria-Laetitia Mattern

redaction.be@mediaplanet.com



A LOUER 78 LOGEMENTS POUR SENIORS

TE HUUR 78 WONINGEN
VOOR SENIOREN



Clos Victor Guns Gaarde 7
Bruxelles 1082 Brussel
02/464 30 00
www.janniot.be

Confort, Sécurité et
Chaleur Humaine dans un Cadre Verdoyant

Comfort, Veiligheid en Menselijke Warmte
in een Groen Kader





Parmi les personnes séropositives en Europe, on estime que 13 % d'entre elles ont plus de 50 ans.

Ce nombre devrait atteindre les 20 % en 2020 vu le vieillissement de la population.

À partir du premier janvier 2017, toute personne séropositive co-infectée par une hépatite C chronique pourra être traitée.

Vieillir avec le VIH ou une hépatite



Joëlle Defourny

Directrice de l'ASBL Sida Sol

Les traitements du VIH et des hépatites ont formidablement évolué ces dernières années, offrant une qualité de vie nouvelle aux personnes atteintes de ces maladies. Pourtant, des risques de comorbidités aux diagnostics tardifs en passant par les discriminations, il reste de nombreux défis à relever. Les explications de Joëlle Defourny, Directrice de l'ASBL Sida Sol.

Que signifie vieillir avec le VIH à l'heure actuelle ?

Joëlle Defourny : « Grâce à l'amélioration des traitements, une personne diagnostiquée du VIH peut actuellement vivre pratiquement normalement. En suivant rigoureusement son traitement, elle peut arriver à un niveau de charge virale indétectable qui empêche presque entièrement le risque de transmission, que ce soit à son partenaire ou à un enfant à naître. La qualité de vie des personnes séropositives s'est donc véritablement améliorée. »

« Les personnes atteintes du VIH subissent toutefois un vieillissement accéléré et les risques de comorbidités sont importants. Hypertension, risque de cancer accru, risque de maladies cardiovasculaires... Ces personnes sont alors sujettes à une poly-

médication qui peut être toxique pour leur santé. Le traitement du VIH se limite souvent à une pilule par jour, mais leurs problèmes de santé connexes impliquent fréquemment qu'elles doivent prendre plusieurs autres médicaments. »

Quel est le principal défi à ce sujet ?

J. D. : « Il est indispensable de développer une meilleure coordination des soins entre spécialistes. Il existe un manque cruel de coopération à ce niveau-là. Idéalement, il faudrait un "chef d'orchestre" chargé d'harmoniser les différents aspects de médication d'un patient atteint du VIH. »

Dans quelle mesure les personnes âgées atteintes du VIH souffrent-elles de discrimination ?

J. D. : « La discrimination envers les personnes atteintes du VIH est malheureusement encore très présente aujourd'hui. La situation s'avère encore plus compliquée pour les personnes âgées, plus isolées que les jeunes, qui ont moins de ressources. Elles n'osent pas en parler et leur poly-médication peut également devenir un frein social. Il est également fréquent qu'elles soient aussi confrontées à des problèmes socio-économiques. »

Combien de personnes âgées sont-elles atteintes du VIH ?

J. D. : « Parmi les personnes séropositives en Europe, on estime que 13 % d'entre elles ont plus de 50 ans. Ce nombre devrait atteindre les 20 % en 2020 vu le vieillissement de la population. Étant donné que l'espérance de vie des patients du VIH est en augmentation, cette tranche d'âge va devenir de plus en plus concernée. Certaines personnes ne bénéficient également d'un dépistage que très tardivement,

passé 50 ans. D'où l'importance d'élaborer un suivi adapté à cette tranche d'âge et à ses particularités. »

Qu'est-ce qui a changé en matière d'hépatites ?

J. D. : « Le traitement des hépatites a considérablement évolué ces dernières années. Aujourd'hui, 12 semaines de traitement permettent 90 % de guérison, avec un très faible risque d'effet secondaire. Cette évolution est formidable. De plus, à partir du premier janvier 2017, toute personne séropositive co-infectée par une hépatite C chronique pourra être traitée. »

Pourquoi est-il important de dépister les personnes âgées également ?

J. D. : « Un nombre important de personnes ont été dépistées d'une hépatite C il y a quelques années sans bénéficier d'un suivi par la suite, faute de moyens. Or, seules 15 à 30 % des personnes atteintes d'une hépatite en guérissent spontanément. Pour les autres, le risque de complications est important et peut mener à des traitements très coûteux et parfois au décès. Le diagnostic est donc très important, non seulement pour les personnes à risque qui n'ont jamais été dépistées, mais également pour celles qui l'ont été il y a vingt ans sans bénéficier de traitement fonctionnel ensuite. Le traitement actuel est tellement performant qu'il serait dommage de ne pas en faire bénéficier un maximum de personnes. »

RÉALISÉ AVEC LE SOUTIEN DE GILEAD SCIENCES
000/BE/16-12//2138

Les maladies neurologiques et mentales ont un impact sociétal

Les maladies neurologiques et mentales sont très répandues dans la population. Leur gestion à long terme nécessite l'optimisation des soins de santé et la mise en œuvre d'un travail en réseau, du généraliste à l'hôpital.

À des degrés variables, un Européen sur trois est atteint d'une maladie neurologique ou mentale : sclérose en plaques, épilepsie, dépression, schizophrénie, Alzheimer, Parkinson, etc. Ces pathologies présentent souvent des comorbidités, soit des troubles associés.

Des coûts élevés

Vu le caractère invalidant et chronique de ces maladies, souvent sans espoir de guérison, les traitements actuels permettent seulement de faire face aux symptômes et doivent être gérés sur le long terme. Tout cela représente un coût extrêmement élevé pour la société.

Au-delà des frais médicaux, les coûts sociétaux indirects sont multiples. D'abord pour les malades eux-mêmes, souvent contraints de délaissier leur emploi ou de l'exercer dans des conditions pénibles liées à des problèmes



moteurs, cognitifs ou autres. Ensuite pour les soignants et aidants proches fortement impliqués dans la prise en charge du malade ; ils doivent parfois eux aussi renoncer à leur emploi.

Privilégier le travail en réseau

Ce problème majeur de santé publique nécessite d'optimiser le système de soins de santé pour rationaliser les coûts. La stratégie à privilégier est le

travail en réseau. Le rôle de l'hôpital doit être redéfini pour assurer une meilleure continuité de soins et une meilleure coordination entre les établissements. Ceux-ci sont amenés à se spécialiser dans des domaines d'expertise spécifiques et à offrir la meilleure couverture géographique possible.

Les médecins généralistes jouent également un rôle énorme pour détecter les maladies de manière précoce.

Les maladies neurologiques et mentales touchent **180 MILLIONS** d'Européens.

En Belgique, plus de **3 MILLIONS** de personnes sont concernées par ces maladies.

Ils doivent pouvoir bénéficier d'incitants pour faire face à la charge de travail supplémentaire : formation continue grâce à des rencontres thématiques avec des spécialistes, rédaction de rapports, gestion des dossiers médicaux des patients, etc.

Philippe Van Lil

redaction.be@mediaplanet.com

Une personne sur trois est concernée aujourd'hui. C'est pourquoi nous appelons à agir.



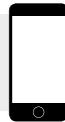
En Europe, une personne sur trois vit avec un trouble d'ordre neurologique ou mental, soit 3 millions de personnes rien qu'en Belgique. Cette proportion augmente encore chez les plus âgés. Selon l'OMS, la population adulte âgée de 60 ans (et plus) approchera les 2 milliards au niveau mondial en 2050. Face à ce défi, les Conseils belge et européen du cerveau agissent ensemble afin de sensibiliser l'opinion et les politiques quant à l'importance de la recherche et d'une gestion adéquate des troubles liés au cerveau. Ensemble, nous pouvons **diminuer de manière significative l'impact sociétal de ce phénomène et améliorer les conditions de vie des personnes touchées par des troubles neurologiques et mentaux en Europe.** Avec leurs partenaires, le BBC et l'EBC travaillent à l'adoption de plans nationaux et européens qui permettraient de mobiliser les ressources existantes et de mieux coordonner les politiques sectorielles afin de promouvoir la recherche et de reconnaître, prévenir et guérir ces maladies.



Découvrez l'ensemble de nos actions, rendez-vous sur www.braincouncil.eu



Découvrez plus d'informations sur le dernier livre de Jacques Mercier, « Toute une vie d'amour » sur www.assurezvotreavenir.be



Jacques Mercier :

« De nos jours, les seniors vivent une nouvelle vie »

Si Jacques Mercier a officiellement quitté la vie active depuis quelques années, il multiplie toujours les projets : articles, livres, télévision. Ce journaliste et écrivain infatigable nous livre son expérience d'une vieillesse épanouie et active.

Comment voyez-vous la place des seniors dans la société ?

Jacques Mercier : « On ne doit plus considérer la vieillesse comme la dégradation de la vie active qu'on aurait pu encore avoir, comme synonyme d'une petite pension, d'inactivité et de maladies. De nos jours, les seniors vivent une nouvelle vie. C'est l'occasion par exemple de poursuivre ou reprendre une activité comme le jardinage ou la cuisine, par pur plaisir. Personnellement, je me suis replongé dans la philosophie, les essais sur la vie et sur la mort, à travers une collection des philosophes en 25 volumes. Pris dans la vie active, je n'avais jamais eu l'occasion d'approfondir ces lectures. »

On ne doit plus considérer la vieillesse comme la dégradation de la vie active qu'on aurait pu encore avoir, comme synonyme d'une petite pension, d'inactivité et de maladies.

Jacques Mercier
Journaliste et écrivain

La transmission est également un élément important au crépuscule de la vie...

J. M. : « Effectivement ! La transmission est peut-être la chose la plus importante de la dernière partie de vie. Cela peut se faire de mille façons, entre autres via le bénévolat. Pour ma part, j'ai fait le choix d'écrire mes mémoires. Il faut avoir du respect pour les gens qui nous suivent ; quand on a beaucoup reçu de la vie, il faut donner à son tour. À la famille, bien sûr, mais aussi aux gens que l'on côtoie. Il faut beaucoup parler, expliquer et même devancer les questions. On a tous en tête une question que l'on aurait voulu poser à ses parents et que l'on n'a pas eu l'occasion de poser. Les grands-parents peuvent

engager la conversation avec leurs enfants et petits-enfants. »

Quels sont vos projets ?

J. M. : « J'en ai bon nombre. Concernant mes mémoires, je ne me précipite pas : j'en suis à 500 pages... mais je ne suis qu'en 1986 ! Il y a donc encore du boulot ! Par ailleurs, je continue les activités que j'aime autour de la langue : durant quatre mois, j'ai rédigé une page à propos des nouveaux mots dans chaque numéro du Figaro ; je



Azalées - Evere

MAISONS DE REPOS ET DE SOINS

Grâce à cette offre découverte, seul ou en couple, la résidence vous accueille pour des séjours temporaires ou permanents.

FORMULE

SÉJOUR DÉCOUVERTE* DE 1 MOIS

65 €/JOUR

en pension complète, chambre seule

* Tarif découverte valable pour un séjour de 1 mois. Offre valable jusqu'au 31/03/17
> Code promotionnel : 1216A-LLS <

Contactez-nous

N° Vert 0 800 11 093

APPEL GRATUIT

Azalées

Maison de repos et de soins

Rue Colonel Bourg,
143-145 - 1140 Evere

novadia
Daily care for you



Toutes les infos sur : www.azalees-novadia.be

 SANTÉ

Pensez à la vitamine D !

Les bienfaits de la vitamine D pour la solidité des os ont été démontrés depuis près de 200 ans. De récentes études ont toutefois prouvé qu'ils n'étaient pas les seuls à en bénéficier. Cette vitamine, synthétisée sous l'effet des rayons du soleil, a également un impact positif sur l'immunité ainsi que sur les voies respiratoires et les poumons.

Plus de 300 millions de personnes à travers le monde souffrent d'asthme ou de maladies chroniques pulmonaires. Un nombre d'autant plus alarmant lorsque l'on sait que dans un cas sur deux, la maladie n'est pas entièrement maîtrisée, et ce, même dans les régions les plus développées.

Un rôle multiple

En parallèle, les personnes atteintes de ces maladies respiratoires présentent très souvent une carence en vitamines D. Carence qui augmente significativement le risque de détérioration de la fonction pulmonaire. La vitamine D a en effet un rôle multiple envers la fonction respiratoire. Elle limite le risque de réactions inflammatoires, réduit les dégâts causés par les substances oxydantes et renforce les défenses contre les infections en produisant un antibiotique naturel, la « cathélicidine ».

La bronchite et la grippe

Prise en supplément dans le cadre d'un traitement contre l'asthme ou les maladies pulmonaires obstructives, cette vitamine diminue de moitié le risque de crise sévère ainsi que celui d'une hospitalisation induite par une telle crise. De plus, dès les premiers frimas, elle vous évite les infections respiratoires hivernales telles que la bronchite ou la grippe.



Jacques Mercier :

« La transmission est peut-être la chose la plus importante de la dernière partie de vie. Cela peut se faire de mille façons. Pour ma part, j'ai fait le choix d'écrire mes mémoires. »

© PHOTO : KRIS VAN EXEL

poursuis l'aventure de Monsieur Dictionnaire avec Philippe Geluck, dont une nouvelle série sera bientôt diffusée sur TV5 et à la RTBF ; je prépare des spectacles pour enfants autour des mots. »

Sans oublier vos autres passions, dont le chocolat...

J. M. : « Je viens effectivement de terminer un scénario pour une BD qui se passe dans le milieu du chocolat. Dans un autre registre, j'ai

écrit un livre sur la fin de vie qui comprendra les expressions autour de la mort et de la vieillesse. Je viens aussi de participer à un reportage sur l'humour belge. Enfin, par générosité, je continue de répondre aux sollicitations, toujours avec ce souci de témoigner et de transmettre. Je n'oublie jamais que lorsque j'avais 14 ans, Jacques Brel m'a accordé ma première interview pour un journal scout ; cela a orienté toute ma vie et ma carrière. »

La vieillesse est donc une sorte de renaissance...

J. M. : « Tous les jours, on renaît. On ne renaît pas à partir d'une page blanche, mais bien avec ce que l'on est. Chaque jour, je me dis : « Restons attentifs et émerveillons-nous ! » »

Philippe Van Lil

redaction.be@mediaplanet.com

Maria-Laetitia Mattern

redaction.be@mediaplanet.com



L'hiver en pleine santé !

VISTA-D3™

400



0-12

600



12-60

800



60+

1000



strong

2000



extra strong



1 comp. FONDANT



Pour chaque âge

VISTA-LIFE PHARMA
www.vistalife.be

ESSENTIEL POUR TOUS ! chez votre pharmacien

L'animal de compagnie, le remède contre la solitude

Pour les plus de 50 ans, les animaux de compagnie offrent non seulement une protection, mais aussi une influence positive pour leur bien-être émotionnel. Afin de veiller à la santé de l'animal, qui vieillit en même temps que son maître, une nourriture spécialisée est recommandée.

Ces dernières années, de multiples études ont relevé l'influence positive des animaux de compagnie sur les personnes âgées ou nécessitant des soins. La compagnie qu'un animal domestique offre aux seniors est souvent d'une valeur inestimable. En plus de constituer un lien avec le monde extérieur, il assouvit aussi, comme les études le révèlent, l'important sentiment de responsabilité qui règne parmi cette catégorie d'âge, surtout parmi les plus de 50 ans qui veulent combler le vide familial laissé par un proche subitement disparu ou qui restent dans une maison vide après le départ des enfants. Pour les personnes âgées vivant seules, la présence d'un animal domestique brise la monotonie et la solitude qui pourraient peser sur leur vie. Si les chiens et les chats sont les plus souvent cités dans ce contexte, les lapins, poules, rongeurs, chevaux et autres oiseaux de compagnie peuvent aussi jouer un rôle dans ces situations.

Thérapies par les animaux domestiques

Les animaux domestiques peuvent également influencer positivement la santé psychologique et physique des personnes âgées. Les psychiatres les



Les psychiatres prescrivent de plus en plus souvent des animaux de compagnie en guise de remède contre la dépression, l'inactivité, la névrose et le stress.

prescrivent d'ailleurs de plus en plus souvent en guise de remède contre la dépression, l'inactivité, la névrose et le stress. Ainsi, des thérapies spéciales ont été mises au point avec des animaux de compagnie, regroupées sous le terme de zoothérapie (ou AAT pour Animal Assisted Therapy), et des activités sont organisées avec ces animaux (AAA, Activités Associant l'Animal ou Animal Assisted Activities). Ces thérapies et activités gagnent en popularité dans les maisons de repos et de soins. En outre, les recherches menées ces dernières années

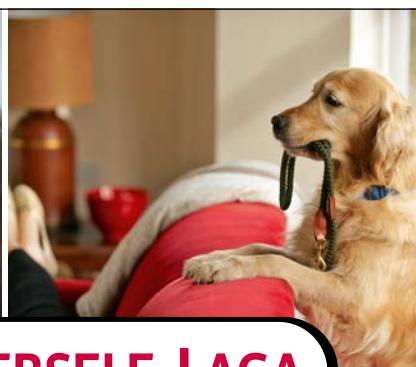
sur l'influence des animaux sur les personnes âgées atteintes d'une certaine forme de démence révèlent que la présence d'animaux de compagnie, et principalement de chats, peut avoir un effet favorable.

Soins adaptés et spécialisés

Inévitablement, une plus grande attention commence à être accordée aux soins des animaux domestiques, qui vieillissent en même temps que leur maître. Pour qu'ils puissent tenir compagnie à leur propriétaire le plus longtemps possible, il est important de sélectionner de la nourriture, des compléments, des friandises et des produits de soins qui les maintiennent dans une condition optimale. De plus en plus de fabricants (belges) tiennent dès lors compte, dans la fabrication de leurs produits animaliers, des souhaits et besoins de l'animal. Chaque animal et chaque propriétaire ont leurs propres exigences, sensibilités et besoins, et les maîtres y prêtent davantage attention lorsqu'ils achètent des produits animaliers. En outre, la nourriture pour animaux doit être nutritive et répondre à des critères de qualité sévères, sous forme de produits fins faciles à utiliser. En effet, soigner son animal peut être difficile pour un senior. Ces produits sont disponibles dans les magasins spécialisés pour animaux, les jardineries et les centres de loisirs proposant un rayon animalier.

Yasemin Utku

redaction.be@mediaplanet.com



“Il faut chérir des relations uniques.”

Fiez-vous à Versele-Laga pour l'alimentation et les soins de vos animaux domestiques.

Info et points de vente sur



www.versele-laga.com



La taille et l'âge de votre chien constituent des éléments dont il faut tenir compte pour satisfaire ses besoins alimentaires journaliers.

Quels aliments pour des toutous au top de leur santé ?

Votre chien fait partie de votre famille, il est normal que vous vouliez le meilleur pour lui. Si son alimentation dépend de sa taille et de son poids, il faut également tenir compte de son âge et de ses éventuels problèmes de santé. Conseils pour un toutou au top de sa forme.

Si vous êtes l'heureux propriétaire d'un adorable chihuahua, vous ne le nourrissez évidemment pas comme s'il s'agissait d'un doberman, bien sûr. Encore vous faut-il savoir ce qu'il lui faut exactement pour qu'il soit en pleine forme. Ce qui convient à un cocker ne fait pas forcément l'affaire d'un labrador. Il existe en effet des différences anatomiques et physiologiques non négligeables entre petits et grands chiens. Bien les nourrir demande aussi de respecter leur âge. La taille et l'âge de votre chien constituent des éléments dont il faut tenir compte pour satisfaire ses besoins alimentaires journaliers.

Une alimentation adaptée

Que donner à un chiot ou à un jeune chien (de moins d'un an) de petite taille (moins de 10 kg à l'âge adulte) ? S'il présente des réactions allergiques telles que des vomissements ou des diarrhées, de même qu'une sensibilité à certains ingrédients occasionnant des problèmes cutanés, d'estomac ou de digestion, des ingrédients naturels de qualité



Bien les nourrir demande aussi de respecter leur âge.

A l'âge moyen de 10 ans pour un petit toutou, de 8 ans pour un chien de taille moyenne et de 7 ans pour un grand chien, son métabolisme ralentit et le voici senior !

supérieure minimisent les possibilités de réactions allergiques.

Le riz constitue une source de glucides facile à digérer et la viande de cerf une source de protéines. De la pulpe de betterave et des prébiotiques aident au développement d'une digestion saine. Pour soutenir son système de défense naturel en construction, des extraits de thé vert, de romarin et de bêta-carotène s'avèrent également utiles. Pour un pelage sain et brillant et le renforcement de son système immunitaire, rien de tel que des acides gras oméga-3 et oméga-6. De tels ingrédients conviennent également aux chiennes allaitantes ou en gestation.

Petit toutou deviendra grand

Ce n'est pas parce que votre chien grandit qu'il vous faut changer subitement de marque d'alimentation. Augmentez progressivement la quantité d'un nouvel aliment sur une période d'une semaine. Tenez compte des portions indiquées sur la boîte selon les besoins et la taille de votre chien devenu adulte. Veillez à ce qu'il ait tou-

jours accès à de l'eau propre et claire. Conservez le sac dans un endroit frais et clair et hors de portée des enfants.

Senior et en forme

A l'âge moyen de 10 ans pour un petit toutou, de 8 ans pour un chien de taille moyenne et de 7 ans pour un grand chien, son métabolisme ralentit et le voici senior ! Donnez-lui une alimentation facile à digérer, contenant des prébiotiques pour une digestion optimale enrichie de L-carnitine. Une telle alimentation contient moins de calories pour que votre chien reste en forme malgré une baisse d'activité. Certains suppléments favorisent la flexibilité des articulations et de fortes teneurs en antioxydants et prébiotiques conservent en bon état son système immunitaire. Enfin, de l'huile de poisson, bon équilibre entre acides gras, oméga-3 et oméga-6, permet à votre chien de garder un pelage sain et brillant malgré les ans qui passent.

Jacqueline Remits

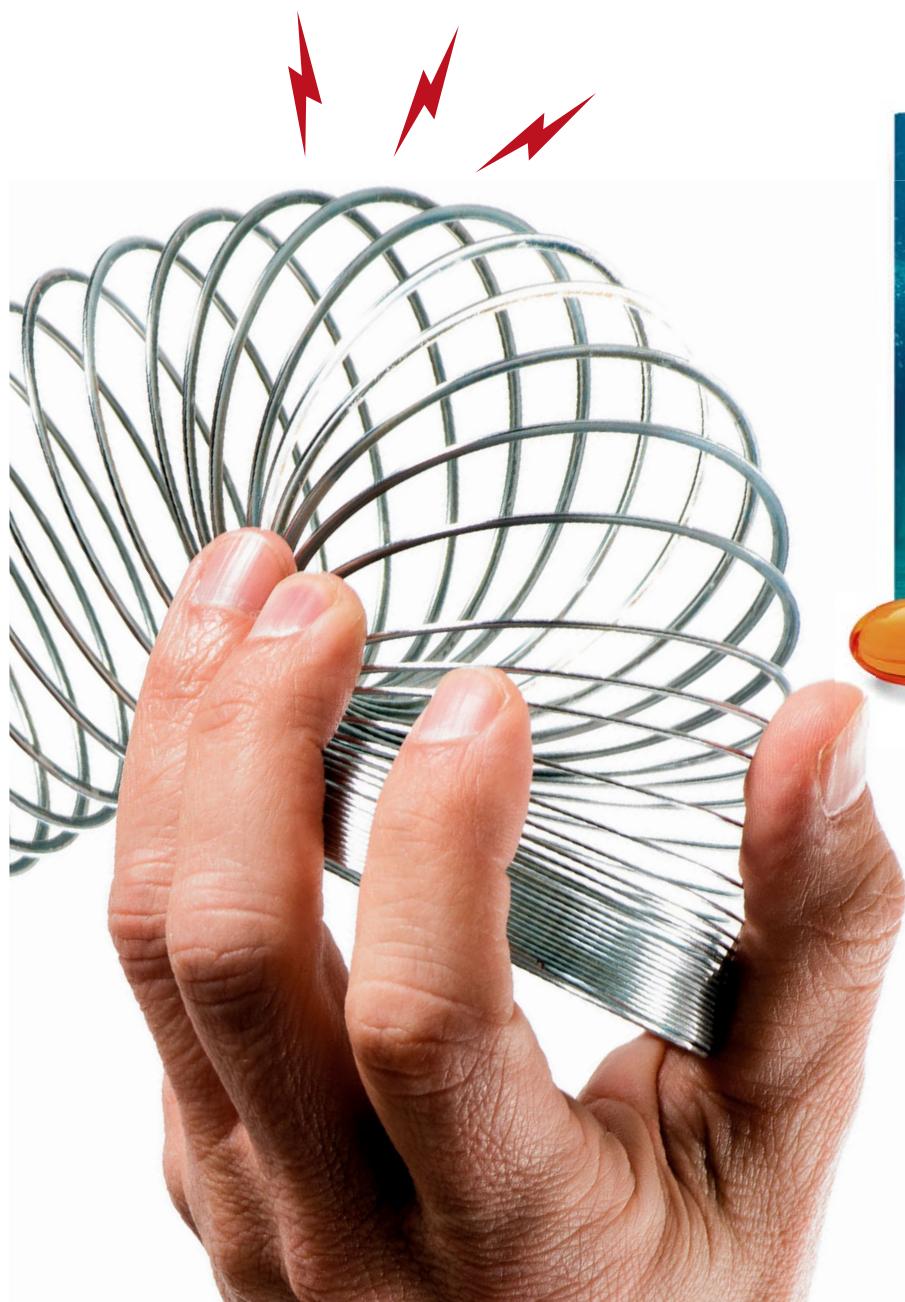
redaction.be@mediaplanet.com

PERNISO®

PCSO-524™

la puissance de la mer
extrait d'huile de moules
contient EPA - DHA - OTA - ETA

restez flexible et résistant
la solution : www.pcsso-524.be



€ 37 - 60 caps

disponible en magasins
d'alimentation naturelle
et sur www.perniso.be

Des funérailles écoresponsables

Cercueils en bois aggloméré, revêtements synthétiques, émissions de CO₂ lors de la crémation... L'impact écologique des funérailles est non négligeable. De nouvelles alternatives proposent toutefois des obsèques plus éthiques et respectueuses de l'environnement.

De l'alimentation au transport en passant par la consommation d'énergie, la mise au vert s'applique aujourd'hui à tous les aspects de notre société. Le secteur des pompes funèbres n'y échappe pas et certaines entreprises tentent de minimiser l'impact écologique de leur activité. Comment ? En bannissant les cercueils en bois aggloméré (très polluant), en favorisant des matières écologiques et biodégradables (carton, osier, etc.), en choisissant du local ou du commerce équitable.

Mais, bien au-delà de la simple vente de cercueils, la réflexion écologique de ce type d'initiatives s'applique également à leur mode de fonctionnement général. Le bâtiment du funérarium est notamment conçu dans une optique de basse énergie et l'électricité y est produite sur place. Des programmes de compensation sont instaurés afin



Contrairement à ce que l'on pourrait croire, il n'est pas plus onéreux d'opter pour des obsèques écolos.

En choisissant un cercueil ou une urne en osier, en sapin ou encore en carton, les prix peuvent aller de 500 à 2 500 € pour un service complet de funérailles.

+ Découvrez 3 caractéristiques de funérailles écoresponsables sur www.assurezvotreavenir.be

de garantir un bilan carbone neutre pour les crémations. Chaque incinération implique en effet un rejet de polluants dans l'atmosphère. Afin de contrebalancer cet impact, les funérariums green participent à des projets de protection de l'environnement locaux ou internationaux.

À quel prix ?

Contrairement à ce que l'on pourrait croire, il n'est pas plus onéreux d'opter pour des obsèques écolos... Bien au contraire. En choisissant un cercueil ou une urne en osier, en sapin ou encore en carton, les prix peuvent aller de 500 à 2 500 € pour un service complet de funérailles. Des tarifs très accessibles, incluant une prise en charge des familles et un soutien dans l'organisation de la cérémonie.

Au-delà de l'aspect strictement écologique, c'est une autre vision de la mort qui est proposée par ces alternatives funéraires. Une approche plus éthique, visant à apporter une contribution sociale et écologique à la société en incluant les funérailles dans un processus de respect de l'environnement et de l'humain.

Maria-Laetitia Mattern

redaction.be@mediaplanet.com



Entamant sereinement sa 4^{ème} année, notre coopérative ALVEUS continue à se développer et à envisager de nouveaux projets pour le futur. C'est pourquoi nous avons récemment annoncé une transition de notre activité funéraire sous un nouveau nom : AETERNIA. Ce changement est uniquement cosmétique et ne change absolument rien dans notre organisation ni dans notre philosophie.

NOUS PROFITONS DE CETTE ÉVOLUTION POUR DRESSER UN PREMIER BILAN DE CES 3 PREMIÈRES ANNÉES :

Nous avons accompagné **plus de 300 familles** dans l'organisation de funérailles plus respectueuses, et parmi celles-ci, **plus de 200 ont rejoint notre coopérative. Un peu plus de 200 c'est aussi le nombre de crémations que nous avons organisées**, et dont nous avons entièrement compensé les émissions avec **notre partenaire CO2logic**. Nous avons aussi compensé l'ensemble de nos émissions de fonctionnement (transport, travaux, énergie, etc.) et reversé 10% de toutes les ventes de cercueil à l'ONG Graine de vie active dans la reforestation, finançant ainsi la plantation de **plus de 140.000 arbres à Madagascar**.

Tout cela constitue un coût important pour la coopérative, mais pas pour vous. Le coût moyen des funérailles que nous avons organisées est d'environ 2.300€, contre près du double dans le circuit funéraire traditionnel. Mieux, le coût minimum de nos funérailles est passé de 1.000€ en 2013 à 750€ en 2014-2015 et est descendu maintenant à 500€ en 2016. Notre coopérative n'augmente pas ses prix mais les diminue, grâce à l'autonomie que nous acquérons au fur et à mesure de notre développement.

MERCI !

Nous souhaitons remercier toutes les personnes qui ont permis de rendre ce beau projet possible, les familles qui nous ont accordé leur confiance, les personnes qui nous contactent régulièrement pour se renseigner et nous encourager. Nous recevons tellement de mails que nous ne pouvons malheureusement pas toujours répondre à tous, mais nous sommes toujours à votre écoute au numéro vert 0800.123.20 si votre demande est urgente.



Organisation de funérailles écologiques partout en Belgique sans frais supplémentaires.

0800/123.20
www.aeternia.be

(permanence téléphonique 24h/24 et 7j/7 en cas de décès)

Notre centre funéraire d'Uccle
Chaussée d'Alseberg 1159 - 1180 Uccle
(à 250m du crématorium de Bruxelles)

Notre bureau de Laeken
Avenue Houba de Strooper 94a - 1020 Laeken

Le legs en duo : une formule avantageuse



Patrice Macar

Coordinateur Wallonie-Bruxelles
de l'ASBL Testament.be

Cet outil fiscal,
prévu par le législateur,
permet de défiscaliser
en partie le legs fait à la
bonne cause.

Le legs en duo présente un double avantage : léguer ses avoirs à une bonne cause et diminuer le montant des droits de succession pour les héritiers. Le point avec Patrice Macar, Coordinateur Wallonie-Bruxelles de l'ASBL Testament.be, une association informant sur les possibilités de legs en faveur d'une bonne cause.

En quoi consiste le legs en duo ?

Patrice Macar : « C'est un double legs : le premier en faveur des membres de la famille, le second au profit d'une bonne cause. C'est notamment intéressant pour les personnes qui n'ont pas d'enfant, mais bien des nièces ou neveux. Ceux-ci sont normalement assujettis à un tarif de droits de succession particulièrement élevé. Au moyen d'un legs en duo, on parvient donc à leur léguer davantage d'argent net et à donner un caractère altruiste à son testament. »

Par quel mécanisme fiscal ?

P. M. : « Par le fait que la bonne cause a l'obligation de payer les droits de succession sur la totalité du legs. La bonne cause, elle, perçoit une partie de la suc-

cession. Cet outil fiscal, prévu par le législateur, permet donc de défiscaliser en partie le legs fait à la bonne cause. Cette dernière peut être une association caritative, une ONG, une fondation d'utilité publique, une institution culturelle, une université ou une haute école. Les associations qui mènent au quotidien des activités sociales, culturelles, humanitaires et philanthropiques se voient ainsi gratifiées de sommes qu'elles pourront investir dans leurs projets. »

Pouvez-vous illustrer cela par un exemple chiffré ?

P. M. : « André, domicilié à Liège, lègue 500 000 euros à son neveu Lucien. Dans le cas d'un legs classique, Lucien recevra 190 625 euros nets et le notaire retiendra 309 375 euros à titre de droits de succession. Dans le cas d'un legs en duo, André désigne une bonne cause comme légataire universelle. Celle-ci recevra les 500 000 euros, puis rétrocédera 250 000 euros à Lucien, nets de droits de succession. Avec le solde, soit 250 000 euros, l'association payera les droits de succession de Lucien et ceux de l'association. Ceux de Lucien sont calculés non plus sur 500 000 euros, mais

sur 250 000 euros, et s'élèvent désormais à 134 375 euros. Les droits de succession de l'association, eux, s'élèvent à 7 % des autres 250 000 euros, soit 17 500 euros. »

Quel est le résultat final ?

P. M. : « En fin de compte, l'association dispose de 500 000 euros (legs initial à l'association) - 250 000 euros (part de Lucien) - 134 375 euros (droits de succession de Lucien) - 17 500 euros (droits de succession de l'association), soit un solde de 98 125 euros. L'État, lui, percevra 151 875 euros au lieu des 309 375 euros prévus dans le cadre d'un legs classique. »

Comment procéder à un legs en duo ?

P. M. : « Vous pouvez le faire vous-même. Cependant, il est recommandé de vous faire assister par un notaire ou par un juriste. Celui-ci travaillera en valeur relative (%) et pourra calculer la répartition optimale de votre succession entre la bonne cause et les autres bénéficiaires. »

Philippe Van Lil

redaction.be@mediaplanet.com

AJOUTEZ AMNESTY À VOTRE TESTAMENT

LÉGUEZ L'ESPOIR AUX GÉNÉRATIONS QUI VIENNENT

AMNESTY
INTERNATIONAL 

Prénom et nom :

Adresse complète :

Oui, envoyez-moi la brochure « Ajoutez Amnesty à votre testament ».

Coupon-réponse à renvoyer, sous enveloppe affranchie, à Amnesty International Belgique francophone, Rue Berckmans 9 à 1060 Bruxelles. Vous pouvez également commander la brochure en remplissant le formulaire électronique à l'adresse www.amnesty.be/legs.



ARMÉE DU SALUT

Soulager sans distinction les détresses humaines

Les jeunes fragilisés, les femmes en difficultés, les personnes démunies, les familles en précarité, les migrants...

« *Un cœur pour Dieu, une main pour l'homme* » selon la Bible.

Comment soutenir l'Armée du Salut ?

En faisant un don ou un legs (en duo, universel ou particulier), une donation ou en désignant l'Armée du Salut comme bénéficiaire d'un contrat d'assurance-vie. Ensemble, battons-nous contre la précarité !

CONTACT

Adresse :

Quartier Général Pl. du Nouveau
Marché aux Grains 34, 1000 Bruxelles

Tél : 02/513.39.04

Mail : etesch@armeedusalut.be

www.armeedusalut.be

N° de compte :

• Œuvres sociales de l'Armée du Salut
BE53 1910 5124 4153 (attestation fiscale)

• Armée du Salut
BE23 2100 6123 0391



ENTRAIDE ET FRATERNITÉ

Léguer l'Entraide et la Fraternité au monde de demain !

Entraide et Fraternité est une ONG catholique belge de solidarité internationale qui défend une société plus juste et plus égalitaire. Elle soutient plus de cent associations en Afrique, en Amérique latine/ Caraïbes et en Asie. Des projets qui luttent aux côtés de petits paysans contre la faim et la malnutrition. Inclure Entraide et Fraternité dans votre testament, c'est offrir un avenir meilleur à des personnes qui souffrent de la pauvreté. C'est aussi poser un geste de fraternité et adhérer concrètement au projet d'une terre qui tourne plus juste !

CONTACT

Adresse :

Rue du Gouvernement Provisoire 32,
1000 Bruxelles

Tél : 02/227.66.85

Mail : catherine.houssiau@entraide.be

www.entraide.be

N° de compte :

BE 68 0000 0000 3434



HANDICAP INTERNATIONAL

Léguer la vie !

Chaque jour, nos équipes sont aux côtés des personnes les plus vulnérables partout dans le monde.

- Elles leur fournissent une prothèse, un traitement de kinésithérapie...
- Elles veillent à ce que les enfants et adultes handicapés puissent aller à l'école, gagner leur vie.
- Elles agissent dans les situations d'urgence (catastrophes naturelles, conflits).

Vous pouvez faire la différence, même quand vous ne serez plus là. En inscrivant Handicap International dans vos dernières volontés, vous léguerez une vie digne aux personnes handicapées du Sud.

CONTACT

Adresse :

Rue de l'Arbre Bénit 44, bte 1,
1050 Bruxelles

Tél : 02/233.01.02

Mail : nicole.luyckx@handicap.be

www.handicapinternational.be

N° de compte :

BE80 0000 0000 7777



LA LUMIÈRE

Vous pouvez nous apporter l'autonomie !

Prolongez votre influence et semez la vie dans votre testament auprès de l'Œuvre Royale pour Aveugles et Malvoyants ! Grâce à vous, des enfants déficients visuels pourront atteindre l'autonomie par un apprentissage adapté : suivre leur scolarité en milieu ordinaire, devenir autonome dans leurs déplacements, avoir accès à la culture, au sport, à une vie sociale inclusive sont autant de faits d'importance à acquérir ! Contactez-nous pour toute information en toute discrétion et pour obtenir notre brochure « Donations, legs et assurances-vie ». Abonnez-vous à notre newsletter sur notre site et rejoignez-nous également sur Facebook.

CONTACT

Adresse :

Rue Sainte-Véronique 17,
4000 Liège

Tél : 0478/76.64.22

Mail : mireilleroks@lalumiere.be

www.lalumiere.be

N° de compte :

BE34 3400 5686 6690

**Le VIH
c'est:**

VOIR PLUS LOIN

Collaborer avec votre équipe soignante
pourrait vous aider à commencer à vivre
pour un avenir plus sain

Allez au-delà de l'indétectable en abordant votre état de santé
à long terme avec votre équipe soignante