



En cette période marquée par les précautions liées au coronavirus, nous vous conseillons de vérifier auprès des organisateurs si l'événement qui vous intéresse reste bien programmé.

AGENDA

Des conférences en ligne, à suivre chez vous !

Le service Infor santé de la MC vous propose deux webinaires gratuits sur différentes thématiques en lien avec le bien-être et la parentalité.

- Le jeudi 12 novembre à 20h30 - "Et s'il était possible d'être un parent équilibré ?" : Comment rester en équilibre entre la vie de parent, de professionnel, d'homme ou de femme ? Anne-Sophie Thiry de "L'autrement dit" proposera des outils pour y voir plus clair et gagner en sérénité.
- Le mercredi 25 novembre à 20h30 - "Trouver son juste rythme en famille" : Prenons le temps de nous recentrer sur l'essentiel et de nous questionner sur notre rythme. Caroline Grenade, spécialiste de l'accompagnement personnel et parental, nous donnera des pistes pour ralentir et apaiser notre quotidien familial.

Infos et inscriptions: [mc.be/verviers-eupen/infosante](http://mc.be/verviers-eupen/infosante)

MUTUALITÉ

Besoin de vous rendre en agence?

Depuis le 14 septembre dernier, toutes nos agences MC en Brabant wallon ont ouvert à nouveau leurs portes. Leurs horaires ont été aménagés pour vous garantir un meilleur service.

Les agences de Nivelles, Braine-l'Alleud, Tubize, Court-St-Etienne, Louvain-la-Neuve, Wavre et Jodoigne vous reçoivent avec et sans rendez-vous. En effet, certaines plages horaires sont accessibles lors de permanences (généralement en matinée). Tandis que d'autres sont réservées aux rendez-vous (généralement en après-midi). Quant aux agences de La Hulpe, Waterloo et Perwez, il est indispensable de prendre rendez-vous avant votre visite.

Avant de vous déplacer, consultez les horaires de votre agence sur [mc.be/points-de-contact](http://mc.be/points-de-contact), ainsi que les modalités de prise de rendez-vous du service souhaité. Pour planifier votre visite, plusieurs possibilités :

- En ligne sur [mc.be/rendez-vous](http://mc.be/rendez-vous).
- Par téléphone au 067/89.36.36.
- Par e-mail à [brabant.wallon@mc.be](mailto:brabant.wallon@mc.be).

Nous restons également disponibles à distance via tous nos moyens de contact digitaux.

Plus d'infos sur [mc.be/contact](http://mc.be/contact).

Gros plan sur

Besoin d'aide pour vos travaux d'intérieur ?

Vous rencontrez des difficultés ou êtes en perte de mobilité suite à un accident ou une maladie ? Les ouvriers d'Aide & Soins à Domicile Brabant wallon peuvent vous aider à réaliser vos petits travaux d'intérieur afin de rendre votre domicile plus agréable et fonctionnel.

"Cela fait plusieurs jours que je désencombre la cave d'une dame pour que des travaux de plomberie puissent être effectués. On trie, on range, on jette. Je fais des allers-retours au parc à conteneurs avec les encombrants. Madame a 84 ans, elle ne peut donc pas faire ça seule évidemment", explique Jean-Claude, ouvrier polyvalent depuis 9 ans à l'ASD.

Une équipe complémentaire

Voici un exemple, parmi d'autres, de ce que font les ouvriers polyvalents de l'ASD chez leurs bénéficiaires. Ils sont huit : Jean-Claude, Dimitri, Florentin, Jérémy, Sun, Soufiane, Laurent et Christophe ! Polyvalents mais chacun avec un domaine de prédilection. "Christophe est très habile en plomberie tandis que Florentin a des facilités en électricité, Laurent en menuiserie et Jean-Claude en maçonnerie", développe Amélie Falisse, responsable du service. Quelle que soit la demande, l'ouvrier peut intervenir seul ou en duo afin de répondre pleinement aux spécificités techniques du travail à réaliser. "Rien n'empêche que plusieurs ouvriers se retrouvent sur le même chantier afin d'additionner leurs compétences", ajoute la responsable.

En hiver, place aux gros travaux

Dès l'automne, l'équipe est opérationnelle pour démarrer tout type de travaux à l'intérieur des habitations ou aux abords extérieurs (quand la météo le permet). Petites rénovations (parquet, carrelage, portes, abris de jardin...), tapissage, peinture, entretien des châssis ou rafraichissements en tout genre, ponçage d'escaliers en bois, rénovation d'une pièce défraîchie, etc. "Je me souviens très bien d'une dame qui revenait vivre chez elle après un essai en maison de repos. Ses enfants avaient décidé de tout rafraichir et de remettre les pièces au goût du jour avant son retour. Nous avons détapissé et retapissé. La maison était défraîchie et nous avons fait en sorte qu'elle revienne dans un environnement agréable."

Aménagement du domicile

Régulièrement en prestation chez des personnes âgées ou en situation de

Dès l'automne, l'équipe est opérationnelle pour démarrer tout type de travaux à l'intérieur des habitations ou aux abords extérieurs.



Jean-Claude est ouvrier polyvalent depuis 9 ans à l'ASD.

handicap, les ouvriers possèdent, en plus de leur gentillesse et patience infinie, une solide expérience dans tout ce qui peut faciliter l'autonomie à domicile. L'équipe est en mesure d'installer facilement des aides techniques (barre d'appui, etc.) et est à même d'aménager les lieux en conséquence. Par exemple : construire une marche, poser une rampe (au mur ou au sol) ou rehausser un wc afin de faciliter la mobilité.

"Cela nous arrive régulièrement de collaborer avec d'autres services d'aide. Nous avons, notamment, aidé une jeune femme qui était en souffrance psychologique et qui, après un séjour en institution, revenait vivre chez elle. Avec les coordinatrices, les aides ménagères et les aides familiales, nous avons tout mis en œuvre pour qu'elle puisse retrouver un logement sain et propice à la reconstruction. Nous avons rangé, débarrassé et tout nettoyé pour qu'elle puisse redémarrer du bon pied, raconte Amélie Falisse. Par ailleurs, lorsque des familles commandent un lit électrique, nous nous coordonnons pour venir démonter l'ancien lit avant que la nouvelle literie n'arrive."

Les astuces à moindres frais

Au fil des années, l'équipe a mis au point quelques systèmes D pour améliorer le confort des personnes âgées sans qu'ils doivent pour autant investir dans du mobilier spécifique et onéreux. "Avec l'âge, il devient plus difficile de se relever de son canapé, de son fauteuil ou de son lit car ces meubles sont très bas. Pour pallier à cela, nous pouvons raboter les pieds existants et fixer de nouveaux pieds, plus hauts. Il est aussi possible de placer des rehausseurs en bois. Dans tous les cas, nous veillerons toujours à limiter les dépenses du

bénéficiaire", explique la responsable du service. Naturellement, l'équipe est également qualifiée pour réaliser les petits travaux de bricolage tels que l'installation des boîtiers de clés à code, la pose de cadres ou d'étagères, le montage de meubles, etc.

Les interventions techniques

En outre, l'équipe est qualifiée pour certains travaux d'électricité ; ajout/réparation d'une prise, changement d'un compteur électrique, installation de lampes extérieures avec détecteur de mouvement... Et de plomberie aussi : réparation d'un WC, d'un robinet, colmatage d'une fuite, etc. Enfin, dès l'arrivée du printemps, l'équipe s'attèle à l'entretien des jardins. Tonde, taille, débroussaillage, plantations... Les ouvriers soignent les jardins durant toute la durée des beaux jours.

// CHLOÉ CHRISTIAENS, ASD BRABANT WALLON

Infos pratiques

- Les travaux d'intérieur : d'octobre à mi-mars.
- Les jardins : mi-mars à septembre.
- Horaires : bloc de 4h minimum (jusqu'à plusieurs jours selon l'ampleur des travaux à réaliser).
- Prix : tarif horaire selon les revenus du ménage. Le devis sur place est gratuit.
- Prévoyez le matériel nécessaire pour effectuer les travaux. Du matériel de base peut être mis à disposition. À votre demande, l'ouvrier pourra également acheter le matériel nécessaire.
- Votre sécurité et celle de nos équipes sont notre priorité : le port du masque est recommandé et la distanciation sociale obligatoire. Du savon et essuie-tout doivent être fournis.
- Le service est piloté par une assistante sociale responsable qui évalue, avec vous, vos besoins et coordonne et planifie les prestations de son équipe.
- Plus d'infos et rendez-vous : 010/81.21.98 • [amelie.falisse@asdbw.be](mailto:amelie.falisse@asdbw.be)



Plus confortable et pas plus cher... le fauteuil sur mesure !!



Dans nos magasins Qualias à Court-St-Etienne - Nivelles [www.qualias.be](http://www.qualias.be)

Fauteuils relax-releveurs sur mesure à partir de 15% de remise sur toute la gamme



Action non cumulable, valable du 1<sup>er</sup> au 30 novembre 2020. Sauf omission ou erreur d'impression. Voir conditions en magasin. Offre réservée aux membres de la Mutualité chrétienne.