

C'est l'AVIQ!

FAMILLES | SANTÉ | HANDICAP

MAGAZINE TRIMESTRIEL

// DÉCEMBRE 2019

N#12

bpost
PB-PP | B-00802
BELGIQUE(N) - BELGIQUE
CHARLEROI X
P921636

ÇA SE PASSE DANS NOS SERVICES

Les Réseaux de soins
en santé mentale

LA RÉALITÉ VIRTUELLE THÉRAPEUTIQUE

Une expérience contemplative
pour réduire l'anxiété



LE STANDARD DE LIÈGE

Un club résolument tourné vers
les personnes en situation de HANDICAP

LES ALLOCATIONS FAMILIALES

Ce qui change à partir du 1^{er} janvier 2020



Wallonie
familles santé handicap

AVIQ

Sommaire

DÉCEMBRE 2019 // JANVIER & FÉVRIER 2020



p.11

DOSSIER

LA RÉALITÉ VIRTUELLE THÉRAPEUTIQUE



p.10

Le Standard de Liège
Un club résolument tourné vers les personnes en situation de handicap

p.16-17

Témoignage
Le salon enVIE d'amour

p.18

La page du partenaire
L'ASBL Respect Seniors

p.21

Allocations familiales
Ce qui change à partir du 1^{er} janvier 2020

4-5	QUOI DE NEUF À L'AVIQ ?
6	L'AVIQ, C'EST QUI ?
8-9	La Direction des Infrastructures Médico-Sociales ÇA SE PASSE DANS NOS SERVICES
10	Les Réseaux de soins en santé mentale BONNES PRATIQUES
11-14	Le Standard de Liège : un club résolument tourné vers les personnes en situation de handicap DOSSIER LA RÉALITÉ VIRTUELLE THÉRAPEUTIQUE
16-17	TÉMOIGNAGE Le salon «enVIE d'amour»
18	LA PAGE DU PARTENAIRE L'ASBL Respect Seniors : l'Agence wallonne de lutte contre la maltraitance des ainés
19	CLIQUEZ MALIN !
20	UNE QUESTION ? L'AVIQ VOUS RÉPOND !
21	BON À SAVOIR Allocations familiales : ce qui change à partir du 1 ^{er} janvier 2020
22-23	LA SÉLECTION DU CENTRE DE DOCUMENTATION

ÉDITRICE RESPONSABLE
Alice Baudine, Administratrice générale
Rue de la Rivelaine, 21 | B-6061 Charleroi

ÉQUIPE DE RÉDACTION
Séphora Cekeda, Manon Dieu, Manouchka Gillet,
David Krapež et Françoise Rocelle.

GRAPHISME ET MISE EN PAGE
Eloïse Picalausa

PHOTOS
istockphoto.com et Coralie Cardon Photographe pour l'AVIQ (p.16-17-20-23-24)

Cette publication est éditée par l'Agence pour une Vie de Qualité (AVIQ).

Elle peut être obtenue gratuitement:

- en version papier auprès du service communication de l'AVIQ (cestlaviq@aviq.be);
- en version PDF sur le site Internet www.aviq.be.

Vous désirez adapter le nombre d'exemplaires reçus ?
Contactez-nous via cestlaviq@aviq.be.



Un problème avec une administration ?
Le médiateur répond à vos questions !
www.le-mediateur.be

L'AGENCE POUR UNE VIE DE QUALITÉ (AVIQ),

Une volonté affirmée de proximité !

Comme chaque année, les services de l'AVIQ et le Standard de Liège ont associé leurs efforts afin d'organiser la «**Journée extraordinaire pour supporters extraordinaires**». En septembre, plus de mille personnes en situation de handicap venues des nombreuses institutions de toute la Wallonie ont été accueillies à l'académie Robert-Louis Dreyfus, le centre de formation du Standard. La joie qui pouvait se lire sur les nombreux visages renforce notre volonté de développer des **projets** qui favorisent

l'intégration des personnes en situation de handicap et la **sensibilisation** du grand public à l'**accès au sport pour tous**, que l'on soit sportif ou spectateur. L'article consacré au Standard décrit un dispositif d'**audiodescription**, pour plus de **proximité**.

Lors d'une journée comme celle-là, réunir un si grand nombre de personnes laisse peu de place à l'improvisation : cela exige des **agents organisés, formés et informés**. C'est dans ce but que des **séances d'information** sur ce que fait l'AVIQ pour le citoyen ont été organisées en interne. Destinées à nos agents, ces séances avaient pour but de **mieux informer** sur toutes les matières que gère notre administration. En effet, si l'AVIQ réunit aujourd'hui les compétences liées à la santé, à la famille et au handicap, il est important que **chaque membre du personnel** ait une vision globale de l'ensemble de nos **missions** ainsi que de la transversalité nécessaire à nos différentes matières. Les retours furent plus que positifs et les questions posées nombreuses. Ce fut aussi l'occasion de mettre un visage sur le nom d'un collègue connu jusqu'alors via son email ou son téléphone. La **proximité**, c'est aussi apprendre à **connaître qui sont** nos propres **collègues** et ce qu'ils font.

Le **sommaire** de cette douzième édition de notre trimestriel est, une fois de plus, riche en sujets divers. C'est notamment le cas du dossier consacré à la **réalité virtuelle thérapeutique**. Notre **Direction des Infrastructures Médico-Sociales** est également présentée afin de bien comprendre le rôle de l'AVIQ dans le **financement de travaux de construction, de rénovation ou d'équipement de nos hôpitaux**. La parole est aussi donnée à l'**ASBL Respect Seniors** qui lutte contre les diverses formes de maltraitance commises à l'encontre des ainés.

L'AVIQ affirme donc sa volonté d'être plus proche de vous au travers de ces moments de paroles qui vous sont offerts. C'est dans cet esprit que nous vous proposons de découvrir ce douzième numéro de notre magazine et que nous vous adressons aussi nos meilleurs vœux pour cette nouvelle année.

Bonne lecture !



Alice Baudine
Administratrice générale



Frédéric Possemiers
Président du Conseil général





Plus de compétences POUR LES AIDES-SOIGNANTS

Les aides-soignants travaillent en maisons de repos, dans les hôpitaux et autres institutions de soins. Jusqu'au 1^{er} septembre 2019, ils pouvaient effectuer un certain nombre de tâches, sous le contrôle d'un infirmier: prendre le pouls et la température corporelle, prendre des mesures préventives contre les infections, etc. Toutefois, ces praticiens étaient demandeurs depuis longtemps d'un élargissement de leurs tâches.

C'est désormais chose faite, à l'initiative de l'autorité fédérale: de nouveaux actes ont été ajoutés à la liste des activités que l'infirmier peut déléguer aux aides-soignants. Parmi ceux-ci:

- ▶ administration de médicaments (par exemple des gouttes pour les yeux) préparés par un infirmier ou un pharmacien;
- ▶ mesure de paramètres tels que le taux de glycémie et la tension;
- ▶ application des bandages destinés à prévenir et/ou traiter des affections veineuses (varices);
- ▶ alimentation et hydratation par voie orale;
- ▶ enlèvement manuel de fécalomes, (c'est-à-dire des selles dures et sèches au niveau du rectum).

Depuis le 1^{er} septembre 2019, les écoles qui ont introduit un nouveau programme de formation formeront des aides-soignants autorisés à accomplir ces nouveaux actes.

Ceux qui ont eu accès à la profession avant cette date devront suivre une formation complémentaire de 150 heures.



Nouveau! PUBLICATIONS AVIQ

Grippe saisonnière et hygiène des mains

La grippe saisonnière est une infection virale très contagieuse qui commence à se répandre de la mi-janvier jusqu'à la mi-mars. Dans notre dernier numéro, nous rappelons l'importance de la vaccination pour les professionnels de la santé.



Dans la publication « Grippe saisonnière: mesures de prévention » vous retrouverez toutes les informations sur ce virus: pour qui le vaccin est-il recommandé et quand doit-il être administré? Quels sont les bons réflexes à adopter en période d'épidémie? Comment soigner la grippe?

Pour prévenir le virus de la grippe mais aussi de nombreuses autres infections, une bonne hygiène des mains est primordiale.



La publication « Prévention des infections: hygiène des mains » rappelle les bons gestes à adopter pour savoir quand et comment bien se laver et/ou se désinfecter les mains. Saviez-vous par exemple qu'un bon lavage des mains dure entre 40 et 60 secondes?

Ces documents sont maintenant disponibles sur www.aviq.be et/ou sur simple demande auprès de la Direction de la Communication Interne et Externe de l'AVIQ via l'adresse publications@aviq.be.

Les aides familiales « ACADAL »

Un accompagnement pluridisciplinaire

Les « ACADAL » sont des **aides familiales** du Service Provincial d'Aide Familiale (SPAF) actif sur les 38 communes de la Province de Namur.

Constituées d'environ trente personnes, les accompagnatrices sont **spécialement formées** afin d'intervenir au domicile des personnes atteintes de la **maladie d'Alzheimer** ou **maladies apparentées**. Encadrées par une assistante sociale et une infirmière en santé communautaire¹, les accompagnatrices apportent aux bénéficiaires une **aide pratique** dans leurs **actes de la vie quotidienne**: manger, se promener, se lever, se coucher, se laver, se distraire ou simplement dialoguer.

Bien que la fonction soit pluridisciplinaire, la **valeur ajoutée** du rôle d'accompagnatrice à domicile Alzheimer consiste à **tenir en éveil** ou à **stimuler les capacités** restantes des bénéficiaires.

Pour cela, elles utilisent la « **valisette communicationnelle** », un outil constitué d'activités diverses et variées (bricolages, jeux de cartes, tablette numérique adaptée, etc.).



▶ POUR EN SAVOIR PLUS
Surfez sur www.spaf.be, onglet « nos SERVICES », « Accompagnatrices à domicile Alzheimer ».

¹ Leur domaine d'activité recouvre ce que l'on appelle généralement la Santé publique: prévenir les maladies, promouvoir la santé, améliorer les conditions de vie... Source: www.henallux.be

Rouge de honte POUR MON PROPRIÉTAIRE !



Les personnes à mobilité réduite le constatent régulièrement: les **places de parking réservées aux personnes handicapées** sont souvent occupées par des véhicules conduits par des personnes valides.

Ces **emplacements sont importants** pour l'**accessibilité** mais aussi et surtout pour la **sécurité** des personnes handicapées.

Seule les personnes dont le **handicap est reconnu** et qui possèdent la **carte délivrée par le SPF Sécurité Sociale** sont autorisées à stationner sur ces emplacements. Cette carte doit être apposée de manière visible à l'avant du véhicule.

Attention aux abus: véhiculer une personne handicapée qui détient la carte autorise à stationner sur les emplacements réservés, pour autant que la personne handicapée soit présente dans la voiture. Or, très souvent, la carte est utilisée alors que la personne handicapée n'est pas présente dans le véhicule.



La **sensibilisation** ne s'arrête jamais, même avec **humour**.

C'est pourquoi la LUSS (Ligue des Usagers des Services de Santé) met à votre disposition cette affiche rééditée par le GEH (Groupe d'Entraide pour Hémiplégiques) à apposer sur les parebrises.

Pour l'obtenir, il suffit de les contacter au **081/74.44.28** ou par mail via luss@luss.be.

L'AVIQ recrute un MÉDECIN (H/F)

Envie de nous rejoindre?
Plus d'infos sur www.aviq.be, onglet « Offres d'emploi ».

Pour être à la pointe, un hôpital doit régulièrement renouveler et moderniser ses infrastructures : construire une nouvelle aile, rénover un service, équiper une salle d'opération, acheter un scanner... Bien que nécessaires, ces travaux sont néanmoins de lourds investissements à planifier.

C'est là qu'intervient...

LA DIRECTION DES Infrastructures Médico-Sociales



Tous les 5 ans, l'AVIQ initie un **appel à projets** auprès des hôpitaux wallons. Ceux-ci rentrent alors des demandes pour le financement de travaux de **construction**, de **rénovation** ou d'**équipement**.

L'AVIQ soumet ces différents dossiers au Gouvernement wallon sous la forme d'un **projet de plan de construction**. Le Gouvernement wallon choisit alors quels travaux seront retenus et financés.

Lorsqu'un dossier est accepté, un travail important doit encore être réalisé par les directions des hôpitaux concernés : élaboration des cahiers des charges et plans d'architecte. Le tout est envoyé à l'AVIQ pour être analysé dans le détail par la Direction des Infrastructures Médico-Sociales, en collaboration avec la Direction des Soins Hospitaliers et la Direction Audit et Contrôle. Après avoir reçu le feu vert de l'AVIQ et du Ministre compétent, le financement est pris en charge.

Et en pratique, comment les travaux sont-ils financés ?

Le financement de ces travaux est complexe et se fait par le biais de l'intervention des **mutuelles**.

Pour chaque demande de financement validée, la Direction des Infrastructures Médico-Sociales traduit le coût des travaux en un **prix à la journée** facturable au patient hospitalisé. Grâce à ce montant journalier perçu, l'hôpital se voit remboursé le coût de ses travaux de construction, de rénovation ou d'équipement.

Bien que ces frais soient visibles sur la facture du patient, ils sont entièrement pris en charge par sa mutuelle.

L'AVIQ intervient en amont, en donnant aux mutuelles les moyens de couvrir ces coûts : la Direction Transversale des Finances de l'AVIQ leur verse des avances basées sur le montant transmis par la Direction des Infrastructures Médico-Sociales. De cette manière, l'AVIQ finance intégralement les travaux pour lesquels un dossier a été validé par le Gouvernement wallon, le Ministre et la Direction des Infrastructures Médico-Sociales de l'AVIQ.

Quelques chiffres

56 C'est le **nombre d'hôpitaux en Région wallonne de langue française**, à l'exception des hôpitaux universitaires qui eux dépendent de la Fédération Wallonie-Bruxelles au niveau du financement des infrastructures.

46 C'est le **nombre d'hôpitaux** dont le dossier pour des travaux de construction, d'aménagement ou d'équipement ont été **acceptés et financés** pour la période de 2019 à 2023.

2,3 C'est le nombre de **milliards d'euros financés par l'AVIQ** dans le cadre de ces travaux.

-50%

Sa veste est soldée ?

Non!

Comme Christophe est handicapé, il a 50% de chances en moins d'obtenir un job.

MÊME S'IL EN A TOUTES LES COMPÉTENCES !

ET SI ON CHANGEAIT ÇA MAINTENANT ?

Plus d'infos sur
www.aviq.be/handicap

Les Réseaux de soins EN SANTÉ MENTALE



Au cours des dernières décennies, le système belge des soins de santé mentale a fait l'objet de plusieurs évolutions. D'une part, la **réforme en santé mentale pour les adultes** dite «réforme 107¹», qui fait suite à une déclaration conjointe signée par les ministres compétents pour la Santé publique et les affaires sociales en 2002. Et d'autre part, la **nouvelle politique en santé mentale pour les enfants et les adolescents**.

et la **réadaptation** des personnes atteintes de ces troubles».

La politique de santé mentale, dans sa vision globale, vise à inclure l'ensemble des acteurs qui travaillent au bénéfice des personnes qui souffrent de troubles psychiques ou psychiatriques en vue de leur rétablissement et de leur inclusion dans tous les domaines de la vie.

COMPLÉTER L'OFFRE ET CRÉER une nouvelle dynamique de travail

Les objectifs de la réforme initiée en 2002 sont de **réorganiser les soins de santé mentale en réseaux et circuits de soins** et de **favoriser ces soins dans le milieu de vie**. Cette restructuration du paysage des soins de santé mentale démontre une volonté croissante de sortir ces soins des hôpitaux et autres lieux de soins résidentiels: on assiste à un **glissement des soins hospitaliers vers des soins ambulatoires et des soins mobiles**.

Comment? Via l'article 107 entre autre, des **équipes mobiles** ont été créées afin de compléter l'offre existante. Le changement majeur, ce sont les réseaux de soins en santé mentale qui accentuent la **collaboration des partenaires** afin d'améliorer la prise en charge des usagers.

LA SANTÉ MENTALE, C'EST QUOI ?

Telle que définie par l'Organisation Mondiale de la Santé² (OMS), la santé mentale est un aspect de la santé au même titre que la santé physique et la santé sociale: «La **santé mentale** fait l'objet d'un **large éventail** d'activités qui relèvent directement ou indirectement du **bien-être**, tel qu'il figure dans la définition de la santé établie par l'OMS comme étant «un état de complet **bien-être physique, mental et social**, et [qui] ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité». La santé mentale englobe la **promotion du bien-être**, la **prévention des troubles mentaux**, le **traitement**

¹Le terme 107 se réfère à l'article 107 (devenu art.97ter) de la loi sur les hôpitaux, qui, avec l'article 11 (devenu art.9ter), constitue la base légale de la réforme (source: www.plateformepsylux.be).

²www.who.int/topics/mental_health/fr

OBJECTIF, ACTEURS ET SERVICES

D'après le Centre Fédéral d'Expertise des Soins de Santé (KCE), un **tiers des adultes belges** est confronté à des problèmes de santé mentale. De son côté, l'OMS estime à environ 20% la prévalence des problèmes psychiques auprès des enfants et des adolescents³. Et les problèmes liés à la santé mentale ont considérablement **augmenté** en Belgique **entre 2008 et 2013**, dans toutes les régions⁴. La «réforme en santé mentale» vise donc à développer une réponse adaptée afin de faire face à ces problèmes croissants, sous la forme de réseaux et de circuits de soins.

L'**objectif** de chaque **réseau** est de prendre en charge tous les aspects des soins en santé mentale de manière globale et intégrée. C'est la raison pour laquelle **tous les acteurs et services** pertinents sont **associés** au sein d'un **réseau**. Ces acteurs relèvent des secteurs de l'aide aux personnes, de la santé, du handicap, de l'action sociale, de la santé mentale, du logement, de la justice, de la formation, de la culture, mais également, pour les réseaux enfants-ados, de la petite enfance, de l'enseignement et de l'aide à la jeunesse. Par ailleurs, le réseau soutient également la participation des usagers et des proches.

Le **réseau structure** l'offre de soins et d'accompagnement, tandis que le **circuit de soins** apporte les **réponses pratiques** au travers des missions propres à chaque acteur ou service selon les **besoins spécifiques** et les différents **groupes cibles** définis selon l'âge (les enfants et adolescents, les adultes, les personnes âgées).

³www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health

⁴KCE Report 318Bs, synthèse, Organisation des soins de santé mentale pour les adultes en Belgique, 2019.

⁵Sur un total de 20 réseaux: 12 en Flandres et 1 à Bruxelles.

QUELLES SONT LES MISSIONS d'un réseau de soins en santé mentale ?

Les réseaux couvrent l'entièreté du territoire **belge** et sont organisés en projets régionaux. La **Wallonie** compte **sept réseaux⁵ pour adultes** et **cinq pour enfants et adolescents**, développés sur un territoire délimité, où l'offre de soin se présente selon une répartition en **cinq missions** qui varient quelque peu selon l'âge du groupe-cible :

1. La prévention et la promotion des soins en santé mentale de façon générale (elle inclut la **détection précoce**, le **dépistage** et les **actions** de première ligne);

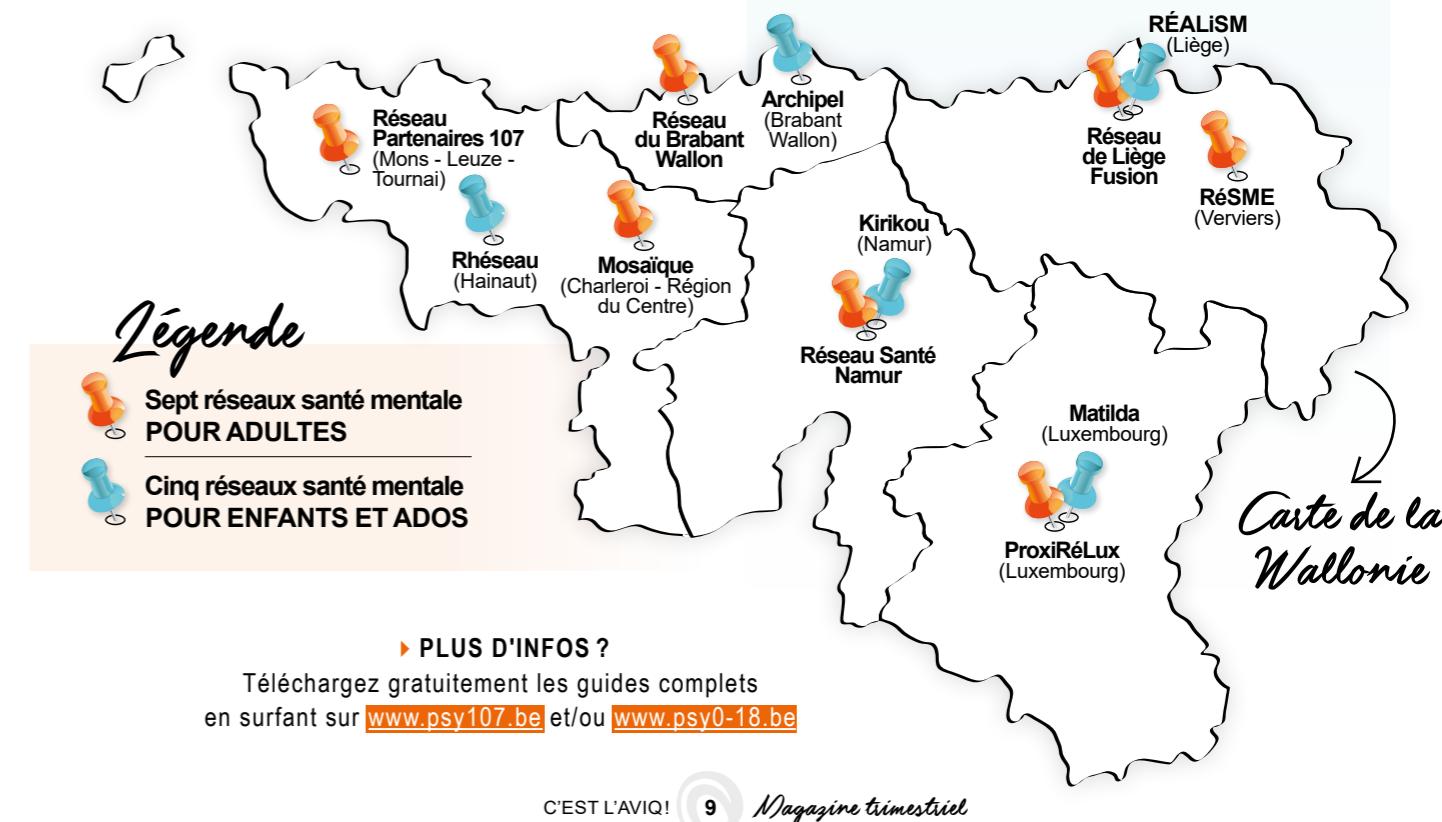
2. Le diagnostic et les soins dits «mobiles» (car ils sont assurés par des équipes mobiles);

3. Les soins dans les structures résidentielles (souvent il s'agit de soins au sein d'un hôpital);

4. La réinsertion sociale (scolaire, professionnelle) et l'inclusion dans tous les domaines de vie de la personne;

5. Enfin, et selon les groupes-cibles, la mission liée au logement adapté.

Par ailleurs, il convient d'insister sur l'échange et la valorisation de l'expertise entre partenaires du réseau.





LE STANDARD DE LIÈGE

Un club résolument tourné vers les personnes en situation de **HANDICAP**

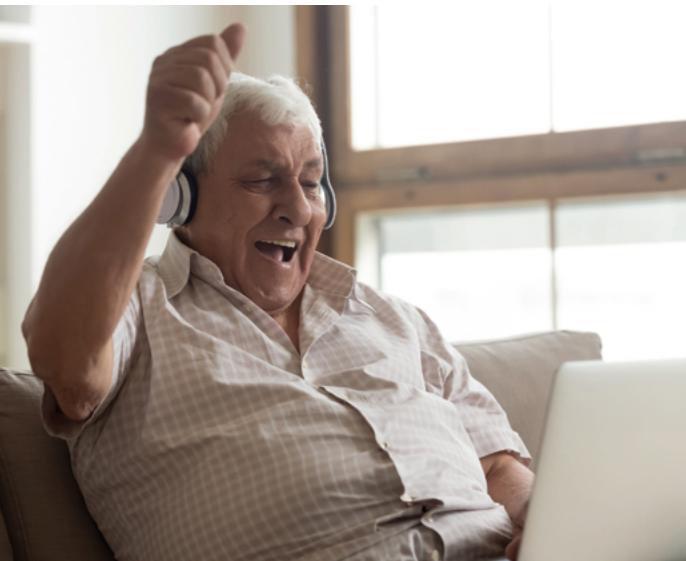
L'AVIQ entretient depuis de nombreuses années une relation particulière avec le club phare de la Province de Liège.

Via la **cellule sociale** du club, d'autres initiatives ont également vu le jour.

L'AUDIODESCRIPTION DES MATCHS À DOMICILE

Sclessin, stade Maurice Dufrasne, jour de match. Peu de temps avant le coup d'envoi, Jacques Massart, speaker officiel du Standard de Liège, Jean-Marc Strel et Michael Modolo prennent place dans l'espace qui leur est réservé. Tous trois sont commentateurs pour la **retransmissions des matchs** en audiodescription, c'est-à-dire une retranscription détaillée de **toutes les actions qui se passent sur le terrain**. Et les personnes non-voyantes et malvoyantes apprécient! Avec le casque audio sur les oreilles, elles vivent véritablement l'action et surtout, elles partagent les **émotions et l'ambiance du stade**.

Il y a quelques mois, Jacques Massart répondait aux questions de la RTBF¹ à propos de cette initiative: « *Il a fallu s'adapter, on doit beaucoup plus décrire. On a beaucoup plus de description en zone, pour savoir où le joueur se trouve sur le terrain. Et puis surtout, on a beaucoup plus d'émotions. C'est ce que les malvoyants et non-voyants veulent. C'est vivre le match avec plein d'émotions.*



On est un petit peu en dehors des commentaires radio traditionnels. On met de l'émotion, de l'humour (...).

D'autres clubs belges de division 1 proposent également ce service. Il s'agit d'Anderlecht, La Gantoise et le FC Bruges. **Seulement quatre clubs sur les seize** qui composent le championnat! Nombreuses sont les personnes non-voyantes et malvoyantes qui **déplorent la situation**.

UNE CELLULE SOCIALE ACTIVE

Le Standard de Liège, via sa cellule sociale, est très actif en matière d'**inclusion**. Outre cette initiative d'audiodescription, le club et l'AVIQ s'associent chaque année afin d'organiser la « **Journée extraordinaire pour supporters extraordinaires** ». En septembre dernier, plus de mille personnes en situation de handicap venues des nombreuses institutions de toute la Wallonie étaient accueillies à l'académie Robert-Louis Dreyfus, le centre de formation du Standard. Elles ont pu assister à l'entraînement et obtenir ensuite les nombreuses dédicaces et photos des joueurs. La journée s'est clôturée par une visite guidée du stade de Sclessin.

Pour chaque match disputé à Liège, près de **40 supporters** en situation de handicap bénéficient de **places adaptées** afin d'assister à la rencontre. Enfin, l'AVIQ est présente lors du « **Fan Day** », la journée portes-ouvertes du Standard de Liège où elle propose des **activités de sensibilisation**.

Pour des projets qui favorisent l'intégration des personnes en situation de handicap et la sensibilisation du grand public à l'accès au sport pour tous, que l'on soit sportif ou spectateur, l'AVIQ et le Standard s'y engagent!

¹www.rtbf.be/info/regions/liege (février 2019)

Une expérience de réalité virtuelle contemplative en vue de **RÉDUIRE L'ANXIÉTÉ**

La réalité virtuelle thérapeutique



Il y a peu, le Centre Neuro Psychiatrique (CNP) Saint-Martin, situé à Dave (Namur), organisait une séance de test de réalité virtuelle thérapeutique. Le but: faire découvrir cette nouvelle technologie qui complète aujourd'hui son offre de soins.

L'AVIQ y était!

Fondé en 1901, le Centre se veut résolument **tourné vers l'avenir**. Il inscrit ses actions dans la **réforme des soins en santé mentale** et dans la **psychiatrie moderne**. Le Centre relève le défi d'établir un **circuit de soins en santé mentale cohérent, en réseau** avec les différents professionnels de la santé. Dans cette dynamique, le CNP s'implique dans différents **projets novateurs** et confirme son engagement dans le futur de la psychiatrie: offrir des soins spécialisés et adaptés aux besoins du patient.

Le CNP accueille aujourd'hui des patients qui souffrent, pour un grand nombre d'entre eux, de **troubles d'ordre psychotique** telle la **schizophrénie**. Les symptômes sont des délires, des hallucinations, un discours incohérent et une agitation. Les personnes atteintes de psychose ne sont généralement pas conscientes de leur comportement.

Une autre catégorie de patients souffrent quant à elle de **troubles de l'humeur** (dépression, troubles bipolaires, etc.) ou de **troubles anxieux** tels les phobies, par exemple.

Quant au CNP lui-même, il ne compte pas moins de **neuf unités de soins psychiatriques, trois maisons de soins psychiatriques, deux hôpitaux de jour et un centre d'activités thérapeutiques**. Avec près de 300 lits hospitaliers agréés et 90 lits en maisons de soins psychiatriques, il est l'un des centres les plus importants de la région namuroise.

La réalité virtuelle, c'est quoi ?

La **réalité virtuelle** désigne les dispositifs qui permettent de simuler un environnement grâce à la **technologie numérique** (en l'occurrence un ordinateur). Selon les technologies employées, la réalité virtuelle permet à l'utilisateur de **ressentir un univers virtuel** par le biais de ses **différents sens**: la vue le plus souvent mais aussi le toucher, l'ouïe, l'odorat.



La réalité virtuelle permet donc à une personne de vivre une **expérience d'immersion** et de mener une **activité senso-motrice**, c'est-à-dire interagir dans un monde créé de toutes pièces : explorer l'environnement, manipuler des objets, etc.

Pour garantir une immersion totale, l'utilisateur se sert d'un **casque de réalité virtuelle**. Celui-ci utilise le principe d'affichage en 3D stéréoscopique qui donne un **effet de relief aux images**.

Le Pôle de recherches cliniques du Centre Neuro Psychiatrique (CNP)

C'est le **rouage** qui articule l'expérience de réalité virtuelle au sein du CNP. Ce Pôle est composé d'une équipe pluridisciplinaire de **dix personnes**. Animée par un intérêt commun pour la **recherche clinique**, cette équipe s'investit activement dans de nombreux **projets liés à la santé mentale**, tant au niveau local qu'au niveau national et international.

Parmi les nombreux objectifs du Pôle figure la **recherche scientifique**. Celle-ci a pour but d'encourager la **réflexion** et les **pratiques cliniques**. Mais Ronald Clavie, coordinateur du développement des projets cliniques pour le CNP, précise que cela **fonctionne aussi dans le sens inverse** : la réflexion et les pratiques cliniques alimentent la recherche scientifique.

Les résultats des projets de recherche ont pour but de guider la définition des **plans de soins** et en particulier pour la réalité virtuelle thérapeutique : une pratique de soins innovante au sein d'un projet original développé par le CNP.

« Healthy Mind », une start-up française

En mars 2018, quelques membres du Pôle de recherches cliniques visitent le salon Cité Santé organisé annuellement à Nancy. Professionnels de la santé et grand public y sont invités afin de s'informer sur les **nouvelles technologies** (intelligence artificielle, robots, chatbots¹, exosquelettes², etc.) en matière d'E-santé.

Parmi les innovations 2018 figure le projet développé par la start-up strasbourgeoise **Healthy Mind**. En collaboration avec des professionnels de la santé, les fondateurs ont conçu un **logiciel connecté à un casque de réalité virtuelle**. L'objectif de cette solution innovante est de **réduire le stress et/ou la douleur des patients**.

¹Un chatbot est un robot logiciel qui peut dialoguer avec un individu par le biais d'un service de conversations automatisées (source : www.definitions-marketing.com/definition/chatbot).

²Dans le domaine médical, les exosquelettes sont des structures mécaniques qui doublent celle du squelette humain et lui confèrent des capacités physiques qu'il n'a pas ou plus (source : [Wikipedia](https://fr.wikipedia.org/wiki/Exosquelette)).



Comment ça marche ?

D'un point de vue matériel, l'équipement est composé d'un **ordinateur performant** qui permet l'utilisation du logiciel « gourmand » en ressources graphiques notamment. Un casque de réalité virtuelle *Oculus Rift*® est associé à un casque audio *Bose*®. L'utilisation du logiciel est soumise à l'achat d'une licence.

Le **principe** est assez **simple**. Tout repose sur une expérience d'immersion au moyen de principes psychologiques avancés : dans le casque posé sur les yeux, un **environnement 3D** est reproduit. Il s'agit d'un milieu naturel très réaliste où des éléments relaxants captent l'attention du patient et ont un effet apaisant.

Dans le casque posé sur les oreilles, une **voix hypnotique** invite le patient à synchroniser sa **respiration** avec une sphère dont le volume varie : la sphère se gonfle et se dégonfle comme si elle respirait. Cette simple synchronisation vise une meilleure gestion du stress et des émotions. Cette voix hypnotique a pour **fond sonore** une **atmosphère apaisante** composée spécifiquement pour chaque environnement.

Le logiciel de *Healthy Mind* propose **deux modes d'immersion** : **contemplative** ou **interactive**. Au CNP, le mode contemplatif a dans un premier temps été retenu pour apaiser l'anxiété présente chez certains usagers.

Des applications testées et approuvées

Au moment de sa présentation lors du salon, le logiciel avait déjà été testé dans un hôpital. Utilisé avant des interventions chirurgicales, le logiciel avait **remplacé ou complété une solution médicamenteuse**. Depuis, en France, plusieurs hôpitaux et cliniques ont aussi adopté cette solution. Dans une vidéo³, le docteur Catherine Bernard, anesthésiste-réanimateur et membre du comité scientifique de *Healthy Mind*, témoigne des différentes utilisations de la réalité virtuelle thérapeutique en milieu hospitalier pour réduire le stress. Il peut s'agir d'**actes médicaux simples et courants**, comme la pose d'une **perfusion** ou une **ponction**.

Mais la technique est également **efficace en chirurgie** dans la mesure où elle est un **complément de l'anesthésie**. En effet, la réalité virtuelle rend possible une **diminution** de l'utilisation de **produits anesthésiques** tels que les **anxiolytiques**⁴ et les **analgésiques**⁵ pendant et après une intervention. L'enjeu est important car cette technique permet une **récupération plus rapide du patient** grâce à une prise moindre des drogues d'anesthésie.

Nous l'avons essayé !

Rien ne vaut une **mise en situation** afin de bien se rendre compte des effets d'une expérience telle que celle-là. Confortablement assis, la personne reçoit les explications d'usage. Il lui est proposé de choisir entre **plusieurs environnements** parmi la forêt, la plage, la montagne, ou un monde zen. Pour notre test, nous choisissons la forêt.



Le logiciel offre plusieurs possibilités de **paramétrage** : la durée, la position, le type de séquence adapté à l'âge des patients (enfant ou adulte), avec ou sans hypnose, avec ou sans musique.

Les casques pour les yeux et les oreilles sont installés, et l'immersion commence par quelques réglages de mise au point de l'image. Ensuite, la magie opère. La sensation de se trouver « ailleurs » est totale. La voix et l'ambiance sonore invitent au **voyage**. Des animaux sont présents : lapins qui gambadent, biches qui broutent l'herbe, oiseaux qui se posent sur les branches des arbres. Même le mouvement des branches est reproduit selon les grés du vent. Un ruisseau s'écoule lentement, et son bruit apaisant renforce l'impression de vivre quelque chose de réel.

Petit à petit, notre propre corps semble ne plus peser et une sensation agréable de **flottement** procure un sentiment de bien-être. Notre respiration est rythmée par la sphère omniprésente, et nous avançons dans un décor fabuleux. Le « **lâcher-prise** » fonctionne, à tel point qu'un doux sentiment de somnolence s'installe. L'effet hypnotique est complet. Il ne manque que les odeurs pour rendre l'immersion réelle à 100 %.

L'expérience dure vingt minutes, mais le **temps n'a plus aucune prise**. Lorsque les casques sont ôtés, le retour à la réalité est étrange et une seule idée vient à l'esprit : retourner dans cette bulle où rien ne semble pouvoir nous atteindre. Il nous faut d'ailleurs quelques minutes avant de pouvoir reprendre le cours de nos discussions. La charge d'émotions positives et bienfaisantes doit se rééquilibrer avec ce retour à la réalité. Mais ce n'est pas désagréable, bien qu'un peu bizarre.



³Disponible sur le site healthymind.fr.

⁴Médicaments utilisés pour combattre l'anxiété.

⁵Médicaments utilisés pour combattre la douleur.

Testé et surtout approuvé par le CNP Saint-Martin

C'est donc sous l'impulsion du Pôle de recherches cliniques que le logiciel a été testé au sein du CNP et les **résultats** furent **plus que positifs**: parmi les 148 membres du personnel qui ont testé l'outil, **90 membres étaient favorables** à reproduire l'expérience. L'**utilité** d'un tel logiciel au sein de l'établissement a quant à elle été reconnue à l'**unanimité**!

Un peu moins de **quarante patients** ont également participé à l'expérience. S'ils ne s'étaient pas portés volontaires, les patients avaient néanmoins été invités à tester l'outil; après avis médical, ils étaient libres d'accepter ou non. Même son de cloche de leur côté: «*C'est mieux qu'un médicament!*» fut un des commentaires recueillis. Un travail sur le «**resouvenir**» est proposé au patient par les médecins: trouver l'apaisement grâce aux souvenirs des images et de l'expérience vécue.

Au CNP, la réalité virtuelle thérapeutique n'est pas une méthode utilisée en cas de crise. Elle s'inscrit plutôt dans une **démarche réfléchie et collective** qui vise un **travail clinique sur le long terme**. Les **ateliers** sont **planifiés** par une équipe pluridisciplinaire composée de médecins, de psychologues et d'infirmiers.

De nombreux avantages

D'un point de vue logistique, ce dispositif d'immersion présente un aspect bien pratique: la **mobilité**.



En effet, le kit complet se range dans une valise adaptée et peut donc être utilisé dans chaque service du CNP. L'énorme **avantage** est de **ne pas déforcer les équipes** au sein des unités de soins: c'est le dispositif qui vient à eux et pas l'inverse.

D'un point de vue relationnel, il faut souligner le caractère quasi unique d'un tel dispositif: **soignants et soignés** ont vécu la **même expérience d'immersion**. Ce moment de partage permet de **lutter contre les stéréotypes tenaces liés à la psychiatrie**.

Au travers de la réalité virtuelle thérapeutique, l'offre de soins du CNP Saint-Martin est aujourd'hui plus diversifiée et s'inscrit dans une **vision de la psychiatrie moderne, ouverte aux technologies et aux thérapies non-médicamenteuses**.

Plus d'infos

CENTRE NEURO PSYCHIATRIQUE

(CNP) SAINT-MARTIN

Rue Saint-Hubert, 84
5100 Dave (Namur)

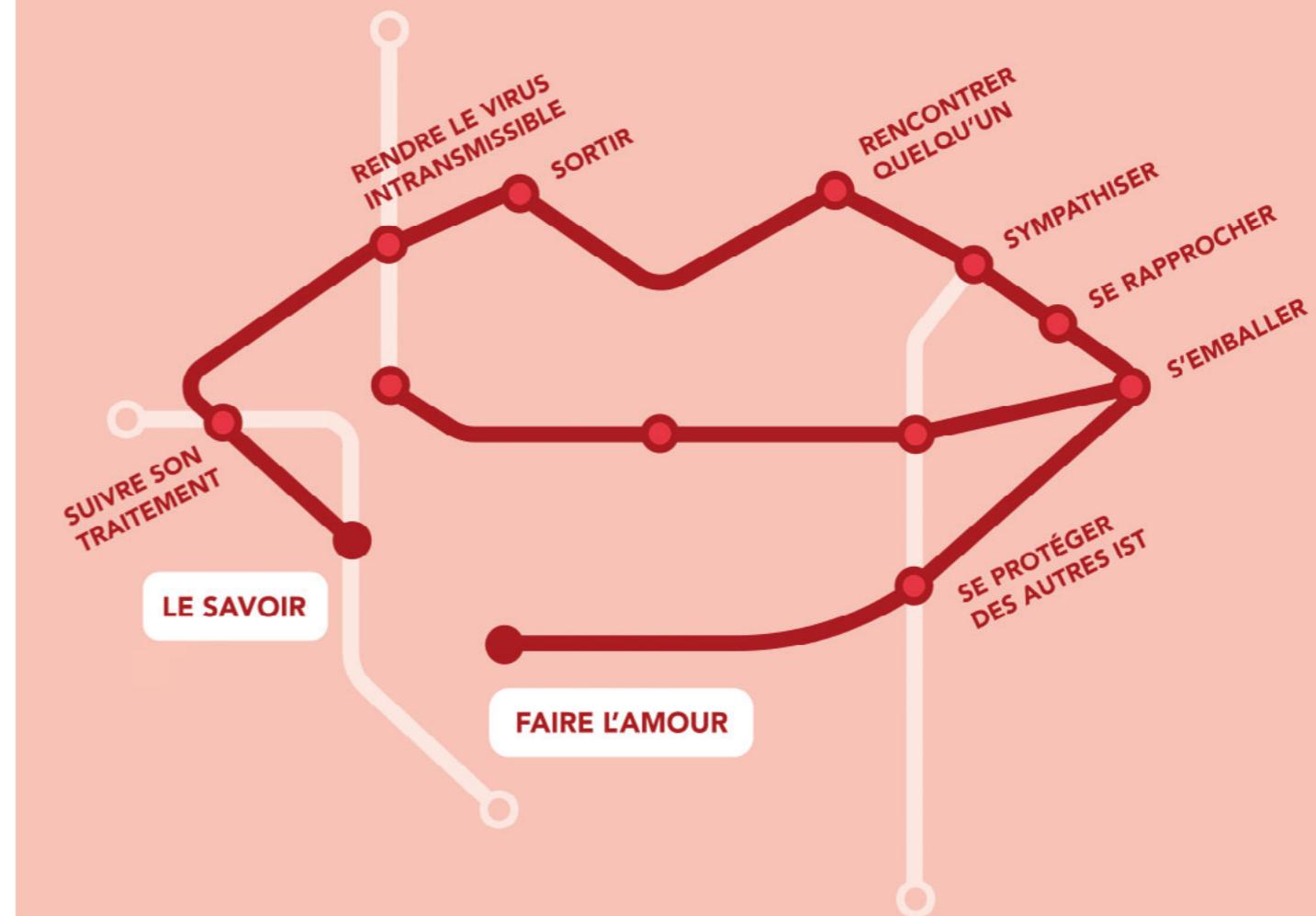
www.cp-st-martin.be

PERSONNE DE CONTACT

Bernard Léonard (chargé de communication)

✉ bernard.leonard@fracarita.org

AUJOURD'HUI, VIVRE AVEC LE VIH, C'EST...



Préservatif



Dépistage



Traitement

Une personne séropositive ayant une charge virale indéetectable grâce à son traitement ne transmet plus le VIH.

www.preventionsida.org

II TÉMOIGNAGE



DU 7 AU 9 MAI 2020

Salon « enVIE d'amour »

Rendez-vous à Namur EXPO pour la 3^{ème} ÉDITION !

Avec plus de 8 500 visiteurs en 2018, et davantage attendus pour 2020, cette 3^{ème} édition sera sans aucun doute un évènement à ne pas manquer !

Destiné aux personnes moins autonomes en raison de leur âge ou de leur handicap mais également à leurs proches et aux professionnels qui les accompagnent, le salon « enVIE d'amour » vise à informer sur le droit à la vie relationnelle, affective et sexuelle pour tous.

Comme l'explique Christian Nile, référent en vie affective, relationnelle et sexuelle et organisateur du salon à l'AVIQ, la première édition du salon est née il y a 4 ans d'une volonté de **dépasser le stade de la théorie pour aller vers des solutions pratiques**. La force de ce salon réside en effet dans son aspect participatif: chaque visiteur y apporte de la matière, des compétences, des idées.

Pour cela, différentes activités, espaces et ateliers y seront organisés:

- des **débats et spectacles**;
- un espace **associatif** et des stands d'information en lien avec la vie relationnelle,

affective et sexuelle des personnes moins autonomes;

- un espace **image de soi**, constitué d'ateliers coiffure, esthétique et vêtements;
- un espace bien-être, avec un stand de massages, un stand *snoezelen*, des ateliers de médiation pleine conscience, des bains sonores, de l'eutonie ou de la psychomotricité;
- des **cabanes à secrets** où les visiteurs pourront poser leurs questions et un espace « choix de lit, choix de vie »;
- un espace dédié aux **ateliers créatifs**;
- un espace média et un espace « photos »;
- des expositions de photos et œuvres artistiques (un concours sera lancé début janvier, plus d'infos sur notre site Internet et sur la page Facebook de l'événement);
- un espace de **cafés causeries** où alterneront les débats, notamment sur la sexualité des aînés, l'hypersexualisation des jeunes, la notion de consentement, les jouets de charme et l'accompagnement sexuel.

Un *slow-dating* (*speed-dating* adapté), un thé dansant, un karaoké, des défilés, une soirée dansante et plein d'autres surprises permettront aux visiteurs de se rencontrer autour de moments festifs.



Jean-Pierre Yernaux nous fait part de son expérience au sein du salon «enVIE d'amour».

Jean-Pierre Yernaux a donné des cours liés à l'approche psychomotrice et à l'éducation à la santé, la vie relationnelle, affective et sexuelle et a collaboré activement à l'organisation des deux précédentes éditions du salon. Il est également papa de 3 enfants, dont 2 en situation de handicap.

Le salon «EnVIE d'amour», c'est quoi pour vous ?

Jean-Pierre Yernaux: Trois jours de rencontres, d'animations, de partage d'expériences sur les thèmes de la vie relationnelle affective et sexuelle.

À qui est-il destiné ?

J-PY: Il s'adresse aux personnes âgées, en difficultés psychiques ou en situation de handicap mais également aux personnes qui les accompagnent (famille et professionnels) et enfin **même à tout le monde**. La vie relationnelle est un enjeu dans la vie de tout être humain, indépendamment de ses caractéristiques spécifiques ou de ses problématiques qui pourraient nécessiter des aménagements et des accompagnements. Le désir de s'épanouir dans une vie relationnelle, affective et sexuelle est universel.

En quoi est-ce important de parler de cette thématique ?

J-PY: La vie relationnelle, affective et sexuelle est un droit mais, paradoxalement, on observe dans notre société hypersexuée une réelle pauvreté des échanges sur cette thématique. Comme c'est le cas pour d'autres thèmes, c'est à partir du public en difficulté que d'autres questions peuvent être abordées car ces publics n'ont bien souvent pas un accès facile et direct pour user de ce droit. Cela est dû à des raisons institutionnelles ou à des difficultés physiques, psychiques ou autres. À l'occasion d'enVIE d'amour, la vie relationnelle, affective et sexuelle est abordée avec honnêteté et clarté, sans faux fuyant. Cela permet de lui **redonner une image très positive** ! Le handicap ou les difficultés poussent la personne handicapée ou âgée à parler de sa sexualité pour obtenir du soutien et offre donc un **terrain fertile à la discussion et aux échanges** sur cette thématique.



► POUR NE RIEN MANQUER...

Retrouvez toutes les actualités de l'événement sur www.aviq.be/enviedamour et/ou sur la page Facebook « Salon enVIE d'amour - édition 2020 » !

Avez-vous l'impression que le salon lève des tabous ?

J-P Y.: Oui certainement, car tout ce qui est présenté se fait **simplement et clairement, sans jugement**. En plus de cela, les lieux d'échange et de partage y sont nombreux (cabanes à secrets, soirée dansante, *slow dating*). Bien souvent, la discussion se poursuit après la visite: les résidents qui viennent avec des accompagnants prolongent l'échange après le salon.

Quelles furent les réactions des visiteurs lors des précédentes éditions ?

J-P Y.: C'est très positif car il y règne une **ambiance de bienveillance**. J'ai la sensation, pour avoir discuté avec beaucoup de visiteurs, que les rencontres se font uniquement sur le plan humain, en oubliant le handicap, l'âge ou la maladie. Il y a beaucoup de naturel dans le salon et on en oublie les difficultés de chacun.

L'édition 2020 du salon est en cours de préparation. Qu'attendez-vous de cette nouvelle édition ?

J-PY.: Cette nouvelle édition évolue vers quelque chose d'**encore plus concret** et impliquant: les espaces d'informations ont diminué au profit d'**espaces d'activités**. J'espère qu'il y aura encore plus de rencontres ! Souvent les salons sont informatifs mais la spécificité de ce salon passe par l'implication des participants. C'est un salon où le visiteur ne vient pas que s'informer: il vient s'éveiller. Ce que je souhaite, c'est qu'enVIE d'amour fournit les bases de l'**« après-salon »**, grâce au dialogue. Le salon doit être facilitateur, on doit offrir une vraie place à la famille et aux professionnels dans le cheminement qui mène à une vie relationnelle, affective et sexuelle épanouie.



L'ASBL RESPECT SENIORS

L'Agence Wallonne de lutte contre la maltraitance des AÎNÉS

La maltraitance, c'est un acte (ou une absence d'acte) qui porte atteinte physiquement, moralement ou matériellement à une personne. L'ASBL Respect Seniors, service subsidié par l'AVIQ, lutte contre les diverses formes de maltraitance à l'encontre des aînés, qu'elles soient vécues à domicile ou en institution.

Dominique Langhendries, le directeur de Respect Seniors, explique que, pour qu'il y ait maltraitance, une relation de confiance doit s'être établie entre l'aîné et l'auteur de maltraitance. Autrement, c'est de la violence. Il est important de souligner aussi que l'acte n'est pas toujours intentionnel. Par exemple, si vous empêchez une personne âgée de se lever avec la bonne intention d'éviter qu'elle chute, cela peut en même temps limiter sa liberté de mouvement: c'est de la maltraitance. En effet, l'aîné est avant tout une personne majeure. Le non-respect de sa liberté de mouvement ou de ses choix (résidence, traitement, mais aussi des vêtements qu'il va porter) est assimilé à de la maltraitance civique, une de cinq formes de maltraitance. Respect Seniors distingue quatre autres formes de maltraitance:

- ▶ la négligence (non-respect de la dignité, manque de soins, etc.);
- ▶ la maltraitance physique (la moins répandue);
- ▶ la maltraitance psychologique (la plus répandue: infantilisation, chantage affectif, etc.);
- ▶ et financière.

ÉCOUTER, SENSIBILISER, FORMER

Les missions de Respect Seniors sont multiples:

- ▶ offrir une assistance téléphonique, notamment via un numéro d'appel gratuit **0800 30 330** (permanence du lundi au vendredi de 9h à 17h). L'appel est reçu par des assistants sociaux et des psychologues tenus au secret professionnel;
- ▶ la sensibilisation du public, via le site Internet et des séances d'informations;
- ▶ proposer la formation de professionnels.

Bien que le siège social de l'ASBL soit situé à Namur, six antennes régionales (Tournai, Charleroi, Wavre, Liège et Libin) sont également présentes dans toutes les provinces pour plus de proximité.

▶ PLUS D'INFOS ?

Surfez sur le site Internet www.respectseniors.be ou téléphonez au **0800 30 330**.



Quelques chiffres

Selon l'OMS, **1 aîné sur 6** a été victime de maltraitance en 2017.

En 2018, **2 360 appels** liés à la maltraitance ont été traités par l'ASBL.

30,3% des appels concernaient la violence psychologique, pour 13% de violence physique.

65% des appels proviennent du domicile de l'aîné.

L'auteur désigné est un membre de famille dans **59%** des cas.

LE PREMIER RÉFLEXE EST D'EN PARLER

Le principe de base ? On ne fait rien sans l'accord de l'aîné ! Son ressenti est primordial. Il arrive souvent qu'il souhaite simplement être écouté, sans vouloir d'intervention. Un exemple ? Un fils fait les courses pour sa maman et en profite pour faire des achats personnels. La maman ne cautionne pas la situation, mais ne souhaitera pas dénoncer son fils pour ne pas se brouiller avec lui et continuer à recevoir ses visites.

Les cas recensés par l'ASBL ne sont que la face visible de l'iceberg. Encore beaucoup d'aînés gardent le silence, par peur, par honte ou simplement parce que des relations affectives sont en jeu. L'important, que vous soyez témoin, victime ou auteur, c'est d'en parler et de ne pas rester seul !

Allez malin !

SITES INTERNET, APPLICATIONS, GUIDES EN LIGNE...



STREETCO

Streetco est une application GPS destinée aux piétons. Reposant sur un mode 100% participatif et solidaire entre les utilisateurs, l'application est particulièrement intéressante pour les besoins des personnes à mobilité réduite (PMR). Pour encourager l'utilisation de Streetco, les créateurs ont d'ailleurs mis en place un système de récompense. Les piétons y encodent tout ce qu'ils constatent sur leur chemin (travaux en cours, pavés descellés, trottoirs glissants mais aussi les magasins et autres lieux accessibles ou non aux PMR) et gagnent ainsi des points. Les mieux classés remportent ensuite des cadeaux. Une application qui gagne à être connue et qui sera inclusive si elle est suffisamment utilisée.

▶ PLUS D'INFOS ?
fr.streetco.com



SCIRE

La communauté SCIRE (Spinal Cord Injury Research Evidence) est une ressource web créée au Canada. Elle s'est donné pour objectif de rassembler les informations sur les lésions de la moelle épinière et leurs traitements, basées sur des données scientifiques. Les informations les plus récentes figurent donc sur le site et sont facilement accessibles aux personnes atteintes de lésions, à leur famille et leurs proches. Cela contribue à une meilleure compréhension du sujet, pour que les personnes atteintes aient une vie saine et épanouie.

▶ PLUS D'INFOS ?
scireproject.com/community/handouts



DR MOOD

Ludique et facile à utiliser, ce site propose trois applications différentes sur les thèmes suivants: les émotions, le burn out parental et le couple. Chacune de ces applications propose un test et offre des propositions de réponses. Le but de cet exercice est d'évaluer soit l'émotion ressentie sur le moment soit le risque de «tomber» dans le burn out parental ou encore d'essayer de mieux comprendre son partenaire. Dr Mood propose également un test sur l'intelligence émotionnelle pour identifier les compétences émotionnelles, c'est-à-dire: comment reconnaître une émotion, l'exprimer, la réguler...

▶ POUR EN SAVOIR PLUS
www.dr-mood.com



VIPTECHJOB

Lancée en Belgique par l'asbl Views International en collaboration avec d'autres pays européens (Italie, Espagne) et financé par le programme Erasmus + de l'Union européenne, cette application permet aux utilisateurs de partager et de visualiser des contenus liés à des offres d'emploi adaptées aux personnes aveugles ou malvoyantes. Une plateforme de formation en ligne a également été conçue afin d'aider à une meilleure utilisation des outils disponibles sur Internet: réaliser un CV, réussir à passer une interview, etc.

▶ PLUS D'INFOS ?
howto.viptechjob.eu/login/index.php
 (disponible fin novembre 2019)

Une question ? L'AVIQ VOUS RÉPOND !

Allocations familiales

“

J'habite en Belgique mais je travaille au Luxembourg, je souhaite dès lors percevoir les **allocations familiales du Luxembourg** pour mes enfants. On m'a dit de m'adresser à l'AVIQ...

L'AVIQ VOUS RÉPOND:

Oui, vous pouvez vous adresser à l'AVIQ. C'est notre **Cellule Médiation Familles** qui vous fournira l'attestation nécessaire stipulant que vous ne percevez pas les allocations familiales en Belgique. Vous pouvez les contacter via l'adresse : mediationfamilles@aviq.be.

Handicap

“

Avez-vous de la documentation sur la question de l'intimité des personnes en situation de handicap prises en charge en services résidentiels ?

L'AVIQ VOUS RÉPOND:

L'AVIQ dispose d'un **Centre de Documentation** spécialisé en matière de santé, familles et handicap (plus d'infos, pages 22 et 23).

Vous pouvez consulter le catalogue en ligne via documentation.aviq.be.

Vous pouvez contacter nos documentalistes pour vous guider dans votre recherche au 071/33.77.44 ou via documentation@aviq.be.

Le Centre de Documentation est également actif sur Facebook. Rendez-vous sur www.facebook.com/Centre-de-documentation-de-IAVIQ pour ne rien manquer !

Le NUMÉRO GRATUIT DE L'AVIQ vous informe et vous oriente sur les questions sur le handicap, la santé et la famille !

numerogratuit@aviq.be

0800 16061
numéro gratuit **AVIQ**

Santé publique

“

J'entends parler d'une **nouvelle loi** par rapport au tabac... De quoi s'agit-il ?

L'AVIQ VOUS RÉPOND:

Il s'agit d'une mesure du SPF Santé publique. En effet, depuis le 1^{er} novembre 2019, il est interdit aux commerçants de vendre des produits de tabac aux jeunes de **moins de 18 ans**. Cette limite d'âge était à 16 ans auparavant. Le vendeur peut demander au client de prouver son âge via une pièce d'identité. De même, il est désormais **strictement interdit** de fumer dans un véhicule en présence d'enfants mineurs.



Prévention de la santé

“

Je voudrais vraiment **arrêter de fumer...** Mais je n'y arrive pas ! Par où commencer ?

L'AVIQ VOUS RÉPOND:

Vous pouvez prendre contact avec les principaux **partenaires de l'AVIQ** pour vous aider dans le sevrage tabagique :

► TABACSTOP au 0800/111 00

Plus d'un numéro gratuit, Tabacstop est un service outillé dans l'aide pour arrêter de fumer (*coaching*, test de dépendance, application sur smartphone, etc.). En surfant sur www.tabacstop.be, vous recevrez aussi gratuitement des informations sur le tabagisme et la dépendance.

► FARES

Parmi d'autres activités, l'asbl « Fonds des Affectations RESpiratoires » coordonne les consultations de tabacologie (aide individuelle) et les Centres d'Aide aux Fumeurs (aide en groupe) en Fédération Wallonie-Bruxelles.

Via son site Internet www.fares.be (rubrique Tabagisme), le FARES oriente les citoyens et professionnels de la santé.



Allocations familiales

Ce qui change à partir du 1^{er} janvier 2020

POUR LES ENFANTS QUI NAÎTRONT À PARTIR DU 1^{ER} JANVIER 2020

PRIME DE NAISSANCE OU PRIME D'ADOPTION	1 100 €
MONTANT DE BASE	155 € jusqu'à 18 ans 165 € à partir de 18 ans
TAUX ORPHELIN (si orphelin des deux parents ou du seul parent qui a reconnu l'enfant)	350 €
ALLOCATION FORFAITAIRE pour enfant placé en famille d'accueil	61 €
SUPPLÉMENT FAMILLE NOMBREUSE	35 € (si les revenus sont inférieurs à 30 984 €) 20 € (si les revenus sont inférieurs à 50 000 €)
SUPPLÉMENT FAMILLE MONOPARENTALE	20 € (si les revenus sont inférieurs à 30 984 €) 10 € (si les revenus sont inférieurs à 50 000 €)
SUPPLÉMENT SOCIAL	55 € (si les revenus sont inférieurs à 30 984 €) 25 € (si les revenus sont inférieurs à 50 000 €)
SUPPLÉMENT INVALIDE	10 €
SUPPLÉMENT HANDICAPÉ	65 €
SUPPLÉMENT ORPHELIN d'un parent/enfant naturel	77,5 € jusqu'à 18 ans 82,5 € à partir de 18 ans
SUPPLÉMENT D'ÂGE ANNUEL	20 € jusqu'à 5 ans 30 € de 5 à 11 ans 50 € de 11 à 17 ans 80 € à partir de 17 ans

Plus concrètement, pour les enfants qui naissent à partir du **1^{er} janvier 2020**, il n'y aura plus de **rang** attribué en fonction des autres enfants de la famille; **tous les enfants nés à partir de cette date recevront le même montant**. Le **même principe** sera appliqué pour les **primes de naissance ou les primes d'adoption**; un **montant unique de 1100 euros** sera payé, peu importe qu'il s'agisse d'une première naissance d'un des parents, qui dans l'ancien système ouvrait le droit à une allocation de 1 300 euros, ou d'une naissance suivante, qui dans l'ancien système ouvrait le droit à une allocation de 900 euros.

Au niveau des **suppléments** accordés suivant la **situation de la famille**, d'autres changements entrent en vigueur au **1^{er} janvier 2020** pour les enfants à naître à partir de cette date. Pour un **supplément social**, outre le premier plafond annuel de revenus de 30 984 euros brut/an, un **deuxième plafond annuel de revenus de 50 000 euros brut/an** sera pris en compte. Un **supplément pour famille nombreuse ou famille monoparentale** peut également être octroyé.

Au niveau des **suppléments** accordés suivant la **situation de l'enfant**, les enfants orphelins d'un parent, ou qui ne sont pas reconnus par leur père, peuvent bénéficier d'un supplément qui équivaut à la moitié de l'allocation de base.

Enfin, tous les montants prévus dans le décret sont appliqués à partir du **1^{er} janvier 2020** pour les enfants qui naîtront à partir de cette date.

► POUR PLUS D'INFOS

Rendez-vous sur www.aviq.be/familles ou contactez directement **votre caisse d'allocations familiales**.

Les nouveautés DU CENTRE DE DOCUMENTATION

Comprendre l'adolescent surdoué



L'adolescence d'un jeune surdoué (ou « HP » ou « précoce ») est un passage parfois douloureux. Témoignages, conseils pratiques, pistes concrètes aident l'entourage à mieux comprendre l'adolescent surdoué et à favoriser son épanouissement.

DROEHNLE-BREIT Corinne. *De Boeck supérieur*, 2018 (159 p.)
Référence: 315/19274

Kev



Ce film documentaire montre des moments de vie de Kevin, un jeune homme mutique qui souffre d'une forme d'autisme très sévère. La réalisatrice le suit dans ses différents lieux de vie. Ce film pousse à la réflexion sur l'éducation et le traitement des personnes autistes.

HEBERT Clémence. *Dérives*, Les Films d'Ici, 2018
Référence: 355/19206

Le récit de vie de la personne âgée en institution



Conçu comme une manière de sauvegarder le passé et de le relier au présent, le récit de vie a fait son entrée dans les établissements pour personnes âgées. Ce livre relate des expériences et fournit des apports théoriques.

SCHMUTZ-BRUN Catherine. *Érès*, 2019 (269 p.)
Référence: 182/19300

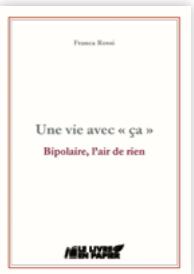
Tout le monde debout



Ce film est une comédie française racontant une histoire d'amour entre un homme menteur et une jeune femme tétraplégique. Un film drôle qui a été très apprécié du public et qui permet de réfléchir à la perception du handicap dans notre société.

DUBOSC Franck. *Gaumont Distribution*, 2018
Référence: 729/19253

Une vie avec « ça » Bipolaire, l'air de rien



Cette autobiographie romancée nous invite à comprendre le ressenti des personnes souffrant de bipolarité. Grâce à son journal intime, à son désir de s'en sortir et au soutien de son entourage, le personnage principal de ce roman parvient à apprivoiser sa maladie et se sentrenaître.

ROSSI Franca. *Le livre en papier*, 2018 (100 p.)
Référence: 353/19347

Bien bouger pour bien grandir



Ce livre propose jeux, exercices et conseils pour stimuler l'enfant et ses cinq sens, l'accompagner dans le développement de la marche, favoriser son équilibre et sa coordination, le guider dans l'apprentissage de l'écriture.

VERHOEVEN Liesbeth. *De Boeck supérieur*, 2017 (2015 p.)
Référence: 220/19276

L'enfant confronté à la mort d'un parent



Cet ouvrage aide à mieux comprendre les réactions de l'enfant ou de l'adolescent en deuil, à trouver les mots et les gestes pour le soutenir dans sa douleur.

BEN SOUSSAN Patrick, RUFO Marcel. *Érès*, 2019 (215 p.)
Référence: 182/19279

Aider les enfants enfermés dans la colère ou la haine



Cet ouvrage propose des moyens pratiques pour permettre aux enfants entre 4 et 12 ans de parler et de travailler leur colère ou leurs sentiments de haine. Un album illustré, intitulé « L'histoire de Vilaine qui détestait la gentillesse », est joint au livre.

SUNDERLAND Margot, HALLET Françoise. *De Boeck supérieur*, 2016. (184 p.)
Référence: 345/19238



Entraide & MOI: le jeu de rôle de la santé mentale



Ce jeu de rôle et de coopération pour jeunes à partir de 16 ans et adultes apporte une meilleure connaissance du réseau des services d'aide en matière de santé mentale, d'action et d'insertion sociale en Fédération Wallonie Bruxelles.

SPAD Saccado, I.H.P. « L'Entre-Temps », Osoms! (association d'usagers de la région du Centre), 2018
Référence: 2000/19290

NOTRE SÉLECTION

Jeunesse

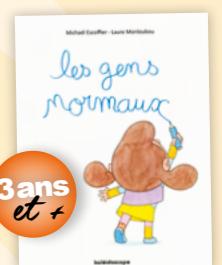
La grande famille



Lily et les tournesols magiques



Les gens normaux



Cet album édité en Belgique est adapté aux enfants dyslexiques, en difficulté de lecture ou en apprentissage de la lecture. Il raconte l'histoire de Lily, une petite fille qui vient d'arriver en vacances et qui s'empresse de retrouver son ami Léon, le lézard vert.

LIBOTTE Anne, VANHOECK Sarah. *Le monde des Étoiles*; Entre 2 pages, 2018 (55 p.)
Référence: 734/19288

Un jour, à l'école, Logan dit à Zita qu'elle n'est pas normale. Zita mène l'enquête en examinant ses amis, pour savoir à quoi ressemblent les gens normaux. Sa conclusion est que les gens normaux n'existent pas! Une douce leçon de tolérance.

ESCOFFIER Michaël, MONLOUBOU Laure. *Kaléidoscope*, 2019 (28 p.)
Référence: 731/19278

Plus d'infos sur... LE CENTRE DE DOCUMENTATION

- Notre **catalogue** est disponible en intégralité sur www.aviq.be, rubrique « centre de documentation ».
- Pour emprunter **gratuitement** des livres, contactez-nous au **071/33.77.44** ou par mail via documentation@aviq.be.
- Suivez nos dernières actualités sur **Facebook** et/ou via notre **newsletter hebdomadaire**!

L'AVIQ, c'est...

Q Une administration centrale

Rue de la Rivelaine, 21 | B-6061 Charleroi
071/33.77.11 | info@aviq.be



Q Un centre de documentation

Avec plus de 5 000 documents (ouvrages scientifiques, revues, romans, films, albums pour enfants, etc.) sur le handicap, la santé et la famille.

► documentation@aviq.be



Q Des newsletters

Ne manquez rien des actualités de l'AVIQ et des secteurs de la famille, de la santé et du handicap : abonnez-vous directement aux newsletters électroniques sur www.aviq.be.

Q Une page Facebook

Suivez les actualités et bonnes pratiques et/ou posez vos questions sur notre page www.facebook.com/aviq.be.

Q Un site spécialisé

www.bienvivrechezsoi.be : pour l'autonomie à domicile.

www.aviq.be

 **0800 16061**
numéro gratuit **AVIQ**

info@aviq.be

Une question sur le handicap ?

Q Contactez le bureau régional le plus proche !

Bureau de CHARLEROI

Rue de la Rivelaine, 11 | B-6061 Charleroi
071/33.79.50 | br.charleroi@aviq.be

Bureau de DINANT

Rue Léopold, 3 (1^{er} étage) | B-5500 Dinant
082/21.33.11 | br.dinant@aviq.be

Bureau de LIBRAMONT

Rue du Village, 5 | B-6800 Libramont
061/22.85.10 | br.libramont@aviq.be

Bureau de LIÈGE

Rue du Vertbois, 23/25 | B-4000 Liège
04/220.11.11 | br.liège@aviq.be

Bureau de MONS

Boulevard Gendebien, 3 | B-7000 Mons
065/32.86.11 | br.mons@aviq.be

Bureau de NAMUR

Place Joséphine Charlotte, 8 | B-5100 Jambes
081/33.19.11 | br.namur@aviq.be

Bureau d'OTTIGNIES

Espace Cœur de Ville, 1 (3^{ème} étage) | B-1340 Ottignies
010/43.51.60 | br.ottignies@aviq.be

Q Ou consultez **Wikiwiph**,
le wiki wallon pour l'information
des personnes handicapées !

 **Wikiwiph**

► wikiwiph.aviq.be

L'AVIQ,
des réponses personnalisées
pour une Vie de Qualité !