



LE MAGAZINE - TRAIT D'UNION -

Association de personnes cérébrolées, de leurs familles et des aidants



Les projets nouveaux sont arrivés ...

Octobre 2005

Adresse de contact : «ReVivre» asbl
 Brigitte et Jacques Ruhl
 Rue Bourgmestre Gilisquet 43
 1457 Walhain-Saint-Paul
Banque : compte n° 310-1390172-54
E-mail : revivre@skynet.be

AVEC LE SOUTIEN DE LA COMMISSION COMMUNAUTAIRE FRANCAISE

REGION BRUXELLES -CAPITALE

EDITEUR RESPONSABLE : B. DENEYER
RUE J-G EGGERICX,9 1150 BRUXELLES

Table des matières

✓ Editorial	3
✓ A votre agenda : nos prochaines conférences et réunions de discussion	5
✓ La Braise et ReVivre : où en sont nos nouveaux projets ?	13
✓ Les livrets nouveaux sont arrivés	19
✓ La création du Centre Ressources	23
✓ Au revoir l'ami ...	24
✓ Résumé de notre conférence : « Des mots aux phrases, des phrases aux énoncés ... »	25
✓ Témoignages	46
✓ Martin nous écrit	48
✓ En direct ... de Djamel	54
✓ Un mot derrière l'autre (le billet d'humeur de Jean-Luc)	59
✓ Lu pour vous	62
✓ Les fascicules de ReVivre	67
✓ Rectificatif « les allocations pour personnes handicapées »	68
✓ A méditer ...	69
✓ Bon à noter	70
✓ Surfons sur Internet	73
✓ Un peu d'humour ...	79
✓ Page ouverte : les nouvelles des autres associations	80
✓ Les services d'accompagnement	90
✓ Contactez-nous !	91
✓ Bon de participation aux conférences et réunions de discussion	93
✓ Bon de commande des fascicules « ReVivre »	101

Bonne lecture !



EDITORIAL

Cher lecteur, chère lectrice, cher membre,

Voici le magazine ReVivre d'octobre 2005.

Certes, il s'est fait attendre mais vous constatez qu'il est copieux. Il n'est pas aisé de réaliser un tel magazine dans lequel on y mélange à la fois des documents de réflexion et de fond ainsi que des documents d'informations utiles, intéressantes et à jour. L'équipe de bénévoles réalise cela, pendant ses temps libres avec ardeur et minutie. Je la remercie vivement.

Suite à la réunion bien agréable que nos membres ont eu avec les membres assidus de la BRAISE le samedi 12 mars, les 2 comités se sont réunis plusieurs fois pour apporter des réponses concrètes et, espérons-le, efficaces aux points qui ont été soulevés lors de cette réunion.

Une nouvelle invitation vous a été envoyée pour une rencontre au même endroit le samedi 24 septembre. J'espère que vous n'avez pas été déçu des premières réponses et actions que nous vous avons présentées.

Ce magazine reprend le texte de la conférence intitulée : « Des mots aux phrases, des phrases aux énoncés, d'où proviennent les malentendus ? ».

Je vous invite de nouveau à lire avec intérêt et tendresse la rubrique « Témoignages », d'écouter et de recevoir le message que la personne désire transmettre. Et si vous souhaitez répondre et communiquer avec elle, ReVivre ouvrira les portes du dialogue et du partage.

Le travail que l'ensemble des bénévoles et des professionnels accomplit pour la reconnaissance et la compréhension de la cérébrolésion porte ses fruits : nous pouvons ainsi intensifier le nombre de nos conférences et créer des réunions de discussions.

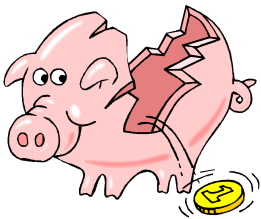
Voilà des moments d'écoute et de réflexions, qui ne peuvent que nous aider à comprendre et à mieux vivre avec et autour de ce traumatisme.

Nous ne sommes pas de trop pour éveiller l'ensemble de la société sur ce problème spécifique et soutenir ceux qui en sont victime.

Chaque fois qu'une lésion cérébrale atteint les aires corticales d'intégration, les hommes et les femmes se sentent menacés dans ce qu'ils ont de plus spécifiquement humains et cela mérite toute notre énergie.

Bonne lecture et à bientôt lors de notre prochaine conférence.

B.DENEYER
Président



DES EUROS, DES EUROS !!!

Nous ne pouvons pas exister sans vous !

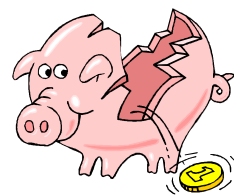
Pouvons-nous, à nouveau, faire appel à votre générosité ?

Une modeste cotisation de 10 € vous est demandée en cette rentrée, à verser au compte n°310-1390172-54.

Cette contribution nous permettra de vous faire parvenir notre journal, d'organiser des conférences et des réunions de discussion, de publier des brochures d'information, ...

Merci de votre générosité, elle contribuera à faire connaître et reconnaître la «cérébrolésion».

PS : il n'est pas interdit de verser plus que le montant de base de la cotisation !





Tous à vos agendas !!!

**Notre première conférence
ReVivre**

Dr Gazagnes

**« La fatigue après une cérébrolésion :
une séquelle majeure,
fréquente, méconnue et invalidante. »**

Plusieurs questions seront abordées lors de cette conférence :

- *Quels sont les mécanismes de survenue de cette fatigue ?*
- *Y a-t-il une relation avec la taille de l'AVC et sa localisation ?*
 - *Y a-t-il une relation avec un éventuel état dépressif ou des troubles cognitifs ?*
 - *Quelle interaction avec la revalidation ?*
- *Comment mieux reconnaître cette séquelle et la prendre en charge ?*

Cette conférence sera suivie d'une discussion
et du verre de l'amitié.

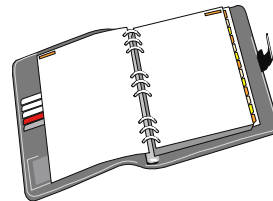
*Nous remercions particulièrement Kiwanis Iris
pour son soutien à l'organisation de cette conférence.*

Nous vous attendons tous,
personnes cérébrolésées et familles,
le samedi 5 novembre 2005 à 14 h 30
à l'auditoire P.P. Lambert
Hôpital Brugmann,
place Van Gehuchten à 1020 Bruxelles

Renseignements pratiques concernant
notre prochaine conférence
du samedi 5 novembre 2005 à 14 h 30

Adresse :

Hôpital Brugmann
Auditoire P.P. Lambert
(à 100 mètres en face de l'entrée principale de l'hôpital)
Place Van Gehuchten 4
1020 Bruxelles



Parking :

- gratuit situé devant l'hôpital
- payant situé dans l'enceinte de l'hôpital

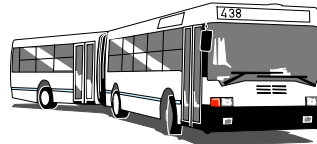


Pour les personnes en chaise roulante :

possibilité d'être déposées juste devant la porte d'entrée de l'auditoire

Si vous utilisez les transports en commun :

- soit métro ligne 1 A, direction « Roi Baudouin » : arrêt aux stations Houba-Brugmann ou Stuyvenberg
- soit bus 89 ou 53, arrêt H Brugmann
- soit tram 18, arrêt H Brugmann
- soit tram 19, arrêt De Greep



Si vous avez des difficultés de transport,
signalez-le sur le bon de participation qui se trouve en fin de journal.
Nous reprendrons contact avec vous
et organiserons une aide au trajet adaptée à vos besoins.



Afin d'organiser au mieux cette réunion,
prière de renvoyer, avant le 31/10/2005,
le bon de participation
que vous trouverez en page 93.

Merci !



Tous à vos agendas !!!

Notre première réunion de discussion

*Suite à la conférence du 5 novembre 2005,
nous vous invitons à une*

**réunion de discussion
sur le thème de la fatigue.**



Cette discussion sera animée par

Mme Catherine Colson

(neuropsychologue).

Vous aurez l'occasion

***de présenter votre expérience personnelle,
de poser vos questions, de détailler votre point de vue, ...***

Cette discussion sera suivie du verre de l'amitié.

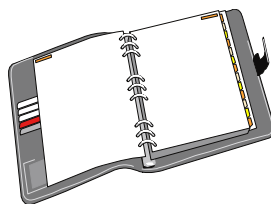
*Nous remercions particulièrement Kiwanis Iris
pour son soutien à l'organisation de cette réunion.*

Nous vous attendons tous,
personnes cérébrolésées et familles,
le samedi 10 décembre 2005 à 14 h 30
au Service de revalidation neurologique
Hôpital Brugmann,
place Van Gehuchten à 1020 Bruxelles

Renseignements pratiques concernant
notre réunion de discussion
du samedi 10 décembre 2005 à 14 h 30

Adresse :

Hôpital Brugmann
Service de Revalidation Neurologique
(bibliothèque)
Place Van Gehuchten 4
1020 Bruxelles



Parking :

- gratuit situé devant l'hôpital
- payant situé dans l'enceinte de l'hôpital



Pour les personnes en chaise roulante :

possibilité d'être déposées juste devant la porte d'entrée du service

Si vous utilisez les transports en commun :

- soit métro ligne 1 A, direction « Roi Baudouin » : arrêt aux stations Houba-Brugmann ou Stuyvenberg
- soit bus 89 ou 53, arrêt H Brugmann
- soit tram 18, arrêt H Brugmann
- soit tram 19, arrêt De Greep



***Si vous avez des difficultés de transport,
signalez-le sur le bon de participation qui se trouve en fin de journal.***

***Nous reprendrons contact avec vous
et organiserons une aide au trajet adaptée à vos besoins.***



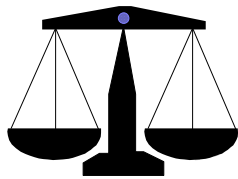
Afin d'organiser au mieux cette réunion,
prière de renvoyer, avant le 6/12/2005,
le bon de participation
que vous trouverez en page 95.

Merci !



Tous à vos agendas !!!

**Notre seconde conférence
ReVivre**



Maître Westerlinck

**« L'administration
provisoire des biens. »**

*La loi concernant l'administration provisoire des biens
a été récemment modifiée.*

*Pour certaines personnes cérébrolésées,
les difficultés à gérer leurs finances et leurs biens,
sont telles qu'elles ne peuvent y faire face seules
ou qu'elles cumulent parfois les soucis voire les dettes !*

*L'administration provisoire des biens est donc parfois une mesure salubre
à condition d'être proposée, discutée, négociée, comprise et acceptée !*

Cette conférence sera suivie d'une discussion
et du verre de l'amitié.

*Nous remercions particulièrement Kiwanis Iris
pour son soutien à l'organisation de cette conférence.*

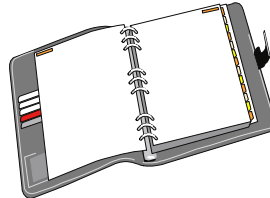
Nous vous attendons tous,
personnes cérébrolésées et familles,
le samedi 28 janvier 2006 à 14 h 30
à La Braise,

rue de Neerpède 165 à 1070 Bruxelles

Renseignements pratiques concernant
notre prochaine conférence
du samedi 28 janvier 2006 à 14 h 30

Adresse :

La Braise
rue de Neerpede 165
1070 Bruxelles



Parking :

- dans la rue

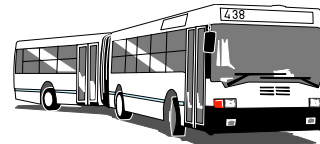


Pour les personnes en chaise roulante :

possibilité d'être déposées juste devant la porte d'entrée de la Braise

Si vous utilisez les transports en commun :

- métro ligne 1 B (direction « Erasme » : arrêt St Guidon)
puis bus 46 (direction « Moortebeek », arrêt Hôpital
d'Anderlecht)
- métro ligne 1 B (direction « Erasme » : arrêt Veeweyde) puis trajet à pied (remonter la
rue Eugène Ysaye)
- tram 56 (direction « Debussy », arrêt Ysaye)
- bus 46 (direction « Moortebeek », arrêt Hôpital d'Anderlecht)



***Si vous avez des difficultés de transport,
signalez-le sur le bon de participation qui se trouve en fin de journal.
Nous reprendrons contact avec vous
et organiserons une aide au trajet adaptée à vos besoins.***



Afin d'organiser au mieux cette réunion,
prière de renvoyer, avant le 23/1/2006,
le bon de participation
que vous trouverez en page 97.

Merci !



Tous à vos agendas !!!

Notre seconde réunion de discussion

*Suite à la conférence du 28 janvier 2006,
nous vous invitons à une*

**réunion de discussion
sur le thème de
l'administration des biens.**



Cette discussion sera animée par

Mme Gisèle Marlière

(ASPH : Association Socialiste de la Personne Handicapée)

Vous aurez l'occasion

***de présenter votre expérience personnelle,
de poser vos questions, de détailler votre point de vue, ...***

Cette discussion sera suivie du verre de l'amitié.

*Nous remercions particulièrement Kiwanis Iris
pour son soutien à l'organisation de cette réunion.*

Nous vous attendons tous,
personnes cérébrolésées et familles,
le samedi 18 février 2006 à 10 h

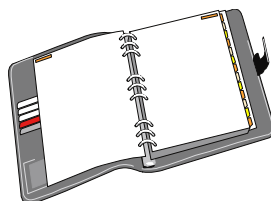
à La Braise,

rue de Neerpede 165 à 1070 Bruxelles

Renseignements pratiques concernant
notre réunion de discussion
du samedi 18 février 2006 à 10 h

Adresse :

La Braise
rue de Neerpede 165
1070 Bruxelles



Parking :

- dans la rue



Pour les personnes en chaise roulante :

possibilité d'être déposées juste devant la porte d'entrée de la Braise

Si vous utilisez les transports en commun :

- métro ligne 1 B (direction « Erasme » : arrêt St Guidon) puis bus 46 (direction « Moortebeek », arrêt Hôpital d'Anderlecht)
- métro ligne 1 B (direction « Erasme » : arrêt Veeweyde) puis trajet à pied (remonter la rue Eugène Ysaye)
- tram 56 (direction « Debussy », arrêt Ysaye)
- bus 46 (direction « Moortebeek », arrêt Hôpital d'Anderlecht)



***Si vous avez des difficultés de transport,
signalez-le sur le bon de participation qui se trouve en fin de journal.***

***Nous reprendrons contact avec vous
et organiserons une aide au trajet adaptée à vos besoins.***



Afin d'organiser au mieux cette réunion,
prière de renvoyer, avant le 13/2/2006,
le bon de participation
que vous trouverez en page 99.

Merci !

Où en sont nos nouveaux projets ?



En janvier 2005, La Braise a organisé une réunion avec notamment les interventions de Mme la Ministre Huytebroeck, du Professeur Truelle et de Mr Barucq (président de la très active Union Française des Associations de Familles de Traumatisés Crâniens). Lors de la discussion, Christine Croisiaux (directrice de La Braise) a suggéré le projet d'une collaboration de La Braise et de ReVivre.



Le 12 mars 2005, une grande réunion de travail a regroupé une centaine de personnes (personnes cérébrolésées et leurs familles). Partagés en 6 ateliers (autonomie à domicile et déplacements ; activités de jour, activités valorisantes, emploi ; hébergement ; loisirs et vacances ; vie familiale, affective et sexuelle ; démarches juridiques, sociales et administratives), les participants ont eu l'occasion de partager leurs difficultés, d'exposer leurs problèmes, d'exprimer leurs revendications mais aussi d'évoquer leurs souhaits, leurs espoirs, ... Chaque atelier était animé par un membre de La Braise et un de ReVivre.

Plusieurs réunions ont ensuite été organisées entre les membres des 2 associations afin d'analyser les nombreuses demandes faites le 12 mars, de rechercher des solutions, de coordonner les actions, d'échanger les informations, de mettre sur pied un « plan de bataille », ...

Enfin, le 24 septembre 2005, à l'occasion des journées Portes Ouvertes de La Braise (dans le cadre de l'opération Cap 48), les projets ont été présentés à une assemblée d'une centaine de personnes et en présence de Mme la Ministre Huytebroeck.

Vous trouverez ci-dessous un résumé des projets actuels de La Braise (association « professionnelle ») et de ReVivre (« association bénévole »), chacun oeuvrant en collaboration avec l'autre tout en respectant la spécificité de l'autre.



Notre résumé reprend les thèmes des 6 ateliers proposés le 12 mars 2005.

Autonomie à domicile et déplacements

La Braise réalise actuellement un travail de sensibilisation aux difficultés spécifiques aux personnes cérébrolésées, auprès des ergothérapeutes travaillant à domicile avec le service Soins Chez Soi. Vous trouverez d'ailleurs, dans notre rubrique « Bon à noter », des informations concrètes sur cette prise en charge ergothérapeutique gratuite à domicile.

En ce qui concerne les déplacements, La Braise réalise aussi un travail de sensibilisation à la cérébrolésion auprès de la STIB.

L'aide personnalisée pour les déplacements vers les centres de rééducation ou de jour pose un problème très important aux personnes cérébrolésées et à leur famille (pas de services spécifiques, pas de remboursement des frais, ...). La Braise et ReVivre seront sensibles dans l'avenir à rechercher les solutions possibles (par exemple, par la recherche d'accompagnateurs bénévoles tant pour les transports en commun qu'en voiture), à échanger les informations à ce sujet, à sensibiliser les organismes compétents, ...

Activités de jour, activités valorisantes, emploi

Loisirs et vacances

La Braise propose déjà, par l'intermédiaire de son service d'accompagnement, un soutien aux personnes cérébrolésées en recherche d'aide à la réalisation des activités de la vie journalière mais aussi d'activités de loisirs ou bénévoles.

Par ailleurs, ReVivre proposera, au printemps 2006, une conférence et une réunion de discussion sur le thème des activités de loisirs (avec la participation de nombreuses associations et organismes oeuvrant dans ce domaine). Régulièrement, des informations vous ont déjà été (et vous seront encore) proposées dans notre magazine à ce sujet (vous lirez d'ailleurs plus loin, l'expérience de Djamel et ses « bons conseils »).

Le site internet du tout nouveau Centre Ressources de La Braise (voir plus loin dans notre magazine) sera aussi très utile dans ce domaine en disposant d'un fichier d'adresses utiles fournies tant par La Braise que par ReVivre.

ReVivre planche aussi actuellement sur la rédaction d'un fascicule de sensibilisation à la cérébrolésion destiné aux organismes de loisirs pour personnes valides et/ou handicapées.

ReVivre essaiera aussi dans le futur de rechercher des financements afin de soutenir nos projets, ceux de La Braise ou ceux des autres associations pour personnes cérébrolésées (qui proposent notamment des activités de loisirs).



En ce qui concerne l'emploi, La Braise propose, en son sein, les services d'un chargé d'insertion. Un travail de sensibilisation des agents de l'AWIPH a déjà été réalisé par Christine Croisiaux. Il pourrait être conduit prochainement auprès du Service Bruxellois Francophones des Personnes Handicapées.

La Braise prendra aussi contact avec une personne présente lors de notre réunion du 12 mars et qui a lancé l'idée de la création d'une entreprise d'insertion spécifique aux personnes cérébrolésées.

L'hébergement

La Braise travaille depuis plusieurs années sur un projet d'hébergement spécifique aux personnes cérébrolésées.

Par ailleurs, les 2 associations ont échangé les coordonnées de services d'hébergement temporaire d'une personne cérébrolésée en cas de difficultés psychologiques importantes ou si les proches ont besoin d'une phase de répit. Ces coordonnées seront notamment disponibles auprès du Centre Ressources.

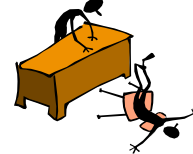
Vie familiale, affective et sexuelle



Le Centre Ressources de La Braise va notamment travailler sur le projet de création d'un n° d'appel qui pourrait apporter des aides pratiques et des conseils spécifiques aux personnes cérébrolésées.

Démarches juridiques, sociales et administratives

ReVivre planche actuellement sur la rédaction d'un fascicule de sensibilisation à la cérébrolésion destiné à interpeller des organismes tels que l'Inami, la Prévoyance Sociale, les dirigeants politiques ... Vous avez été nombreux à évoquer vos difficultés à faire comprendre, lors de vos démarches administratives, les problèmes rencontrés par une personne cérébrolésée dont le handicap est certes invisible mais pourtant bien réel.



La Braise travaille aussi actuellement sur un fascicule de sensibilisation au handicap invisible et est en contact avec les mutuelles.

Le Centre Ressources de La Braise apportera aussi une aide précieuse à ce niveau : il organise notamment en décembre 2005 une journée destinée aux avocats.

ReVivre organise en janvier et février 2006, une conférence et une réunion de discussion sur l'administration de biens (dont la loi vient d'être modifiée).

ReVivre diffusera aussi prochainement la nouvelle édition de son fascicule d'aides aux démarches administratives et sociales.

Plusieurs nouveaux projets sont donc en route, issus des demandes des participants aux différents ateliers du 12 mars.

Dans tous les ateliers, **le manque crucial d'information, d'échange, de discussion** a été fréquemment relevé.

Voici donc encore quelques essais de solution à ce niveau :

Forum internet

La Braise, par le biais de son tout nouveau Centre Ressources (voir plus loin dans notre magazine), a le projet de développer un site internet spécifique à la cérébrolésion. Ce site sera un lieu d'information (démarches, loisirs, ...) mais aussi d'échange et d'interactivité.



L'information par le biais des conférences et des fascicules

Une des premières activités de ReVivre (dans le passé mais encore plus dans le futur) est l'organisation de conférences.

Chaque conférence débouche sur la publication d'un fascicule distribué gratuitement (grâce au soutien de la Commission Communautaire Française de la Région Bruxelles-Capitale).

Dix fascicules sont déjà disponibles :

- L'épilepsie
- Les examens médicaux
- Les troubles de la mémoire
- Douleurs et cérébrolésions
- L'expertise et l'indemnisation du traumatisé crânien
- La rééducation des troubles de la mémoire
- Témoignages de personnes cérébrolésées
- Aptitude à la conduite automobile et personnes cérébrolésées
- La sophrologie en neuropsychologie
- La cérébrolésion, un deuil bien compliqué ...

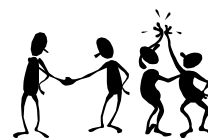


Six fascicules sont en cours de révision ou en préparation :

- Procédures d'administration de biens
- Les allocations pour personnes handicapées
- Des mots aux phrases, des phrases aux énoncés, d'où proviennent les malentendus ?
- Famille soignante, famille patiente : quelle place pour la famille ?
- Guide des informations sociales
- Témoignages (2)

Dès novembre 2005, nous intensifions la fréquence de nos conférences (4 par an). Vous avez déjà découvert certains thèmes : la fatigue, la nouvelle procédure d'administration de biens, les loisirs et vacances des personnes cérébrolésées, ... thèmes qui ont été exprimés lors de la grande réunion du 12 mars 2005.

Nous sommes de plus à la recherche d'un lieu unique, facile d'accès en transport en commun, accessible en fauteuil roulant, accessible malgré les « problèmes de mémoire », avec parking ... En attendant, nous sommes gentiment héberger par les centres de rééducation et les centres de jour (merci à eux !).



L'échange par le biais des réunions de discussion

Afin de favoriser les échanges, le partage d'expériences, le soutien mutuel, ... nous organisons des réunions de discussion, des groupes de parole, sur le thème de la conférence du mois précédent, afin de prolonger le débat, de susciter la discussion, de permettre l'échange des expériences personnelles, ...

Chaque année, nous nous engageons donc à vous organiser 4 conférences et 4 réunions de discussion.

***Nous avons besoin de vous !
Donnez-nous des idées de thèmes
que vous désirez voir abordés dans nos conférences !***

L'information par le biais de notre magazine

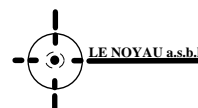
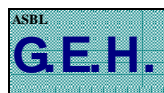
- TRAIT D'UNION -

Comme déjà mentionné plus haut, suite à vos demandes exprimées le 12 mars 2005, nous avons aussi décidé d'amplifier certaines rubriques de notre magazines, notamment :

- les témoignages : vous découvrirez d'ici quelques pages plusieurs témoignages émouvants, sincères, ... Nous prévoyons d'éditer prochainement un second recueil de témoignages.
- la transmission d'informations pratiques ou administratives concernant la cérébrolésion.

Nous poursuivrons la diffusion des annonces de la parution de livres (notamment d'ouvrages belges écrits par certains de nos membres comme Paul Clara et Michel Slabbaert) et de sites internet.

Nous désirons aussi tout particulièrement continuer et amplifier la collaboration avec les autres associations de personnes cérébrolésées en leur ouvrant nos pages.



Memento

Nous diffuserons bien entendu les projets de la Braise.



***Nous avons besoin de vous !
Envoyez-nous vos témoignages, vos questions,
vos problèmes, vos solutions, ...***

L'information par le biais de nos livrets



Après des années de travail, ils sont enfin arrivés : nos livrets permettent d'informer, de conseiller, de soutenir les familles et les personnes cérébrolésées de la phase du coma à la réinsertion. Nous vous les présentons en détail plus loin dans ce magazine.

Nous avons besoin de vous !

*faites-nous parvenir vos désirs, vos suggestions,
vos coups de joie ou de gueule, vos idées, vos questions,*

...



Notre nouvelle adresse de contact :

ReVivre
Brigitte et Jacques Ruhl
Rue Bourgmestre Gilisquet 43
1457 Walhain-Saint-Paul
mail : revivre@skynet.be



*L'optimisme, c'est la bouée
qui permet de surnager dans les tempêtes de la vie.*

LES LIVRETS NOUVEAUX SONT ARRIVÉS !

Depuis quelques années, les bénévoles de ReVivre travaillent à la mise au point de livrets d'information destinés aux personnes victimes d'une lésion cérébrale et à leur famille.



Historique

Depuis la création de ReVivre, le manque d'information et de communication avec le monde médical nous a fréquemment été rapporté par les personnes cérébrolésées et leur famille lors de nos réunions. A tel point qu'il a suscité la mise sur pied d'une enquête que nous avons menée en 2001 auprès de 53 familles et 27 professionnels. Les résultats de cette enquête furent présentés lors de notre colloque « **Informier pour mieux communiquer** » qui réunit plus de 250 personnes le 7 décembre 2001. Les résultats étaient édifiants : 89 % des familles demandaient à être mieux informées. Nos livrets semblent donc rejoindre cette demande unanime !

Certaines suggestions des familles concernaient la transmission des informations :

- **des informations plus générales** qui permettent d'intégrer les informations spécifiques qui sont données par les thérapeutes et qui concernent les proches
- **un langage clair et compréhensible** avec renvoi à un glossaire pour les termes plus complexes
- un texte écrit et **sous forme de fascicules séparés** qui permettent de **suivre le rythme** d'écoute et de compréhension des familles

86 % des professionnels relevaient eux aussi l'importance d'une meilleure information : leurs suggestions portaient sur :

- **la structuration de l'information** par thème et par phase
- **l'élargissement du contenu de l'information**
- l'importance des **informations écrites** qui laissent une trace

Les livrets constituent donc **une** réponse aux attentes et aux suggestions tant des familles que des professionnels.

Nous avons donc adaptés pour la Belgique des livrets écrits par les Dr M.H. Boucand, J. de Labarthe et E. Richer de Bordeaux. Cette adaptation a été réalisée par quelques membres de ReVivre : certains ont été personnellement victimes d'une atteinte cérébrale, d'autres sont des proches d'une personne cérébrolésée (parent, conjoint, ...), d'autres enfin sont des professionnels provenant de plusieurs hôpitaux bruxellois (psychologue, neuropsychologue, logopède, assistant social, ergothérapeute, ...).

Méthodologie

Chaque livret correspond à un thème ou à une étape dans le parcours de la personne cérébrolésée : la phase de coma, la phase d'éveil, la phase de rééducation, ...

Les livrets sont donnés par le thérapeute à l'entourage ou à la personne cérébrolésée comme un moyen d'information et un support à la communication.

Ils se présentent sous la forme de « questions-réponses » qui nous semblent correspondre aux interrogations que tout-un-chacun pourrait se poser sur le sujet. Nous avons essayé de poser des questions simples mais essentielles, d'y répondre le plus clairement possible mais en évitant les termes trop complexes.

Les thèmes

Les 6 livrets disponibles actuellement abordent différents sujets :

- Le traumatisme crânien
- L'accident vasculaire cérébral
- La phase de coma
- La phase d'éveil
- La rééducation des troubles cognitifs et comportementaux
- Le carnet de bord

Présentation d'un livret

Les livrets présentent tous la même structure :

- Introduction
- Questions - Réponses
- Que pouvez-vous faire ?
- Glossaire
- Vos réflexions
- Evaluation

Détaillons chaque partie :

1. introduction

Prenons l'exemple du livret sur le coma.

L'introduction vous explique que votre proche vient d'avoir un accident grave et qu'il a été transporté à l'hôpital. Vous apprenez qu'il est dans le coma. Les soins appropriés visant à sauver sa vie lui ont été donnés dès les premiers secours et dans la salle de réanimation du service d'urgence. C'est pour cette raison que vous avez peut-être dû attendre pour le voir...

Nous allons tenter de vous expliquer cette situation qui vous préoccupe, ce qui arrive à votre proche et comment on le soigne. Nous vous guiderons dans les démarches que vous allez devoir entreprendre pour lui et pour vous.

2. Questions-réponses

Cette présentation par « questions-réponses » correspond aux **difficultés les plus fréquentes**. Elle peut apparaître artificielle et certainement incomplète.

Elle a surtout pour objectif de servir de base à un **dialogue** entre vous-même, votre proche et l'équipe soignante et à repérer les questions qui vous concernent plus particulièrement.

Il est important de rappeler que chaque cas est un cas particulier, que chaque personne cérébrolésée est unique, que **les patients cérébrolésés ne présentent pas tous les mêmes troubles** et qu'une lésion cérébrale peut avoir des conséquences différentes chez deux individus.

3. Que pouvez-vous faire ?

Ce chapitre propose des conseils, des idées sur le rôle de chacun, les attitudes à adopter, les démarches administratives à réaliser, ... tant pour votre proche que pour vous-même.

4. Glossaire

Chaque terme scientifique du livret qui est suivi d'une astérisque renvoie au glossaire. Ce glossaire donne une définition claire, courte et compréhensible du terme médical utilisé. Il permet de familiariser le lecteur avec des termes scientifiques qui pourraient être utilisés dans les échanges avec l'équipe soignante.

5. Vos réflexions

Une page blanche permet de noter des réflexions suite à la lecture du livret, des demandes d'explications complémentaires, ou toute information à ne pas oublier.

6. Feuille d'évaluation

Une feuille d'évaluation qui nous permettra

- de rester attentifs à vos questions, vos impressions, vos remarques
- d'améliorer la qualité et l'impact des livrets comme outil d'information et de communication.

Le carnet de bord

Ce carnet de bord est un moyen pratique, pour la personne cérébrolésée ou pour ses proches, **de récolter des informations**, de les **regrouper**, de les **conserver** et de les **retrouver** rapidement.

Certains renseignements sont susceptibles d'être utilisés fréquemment, notamment lors des contacts avec les professionnels, tout au long du processus de rééducation.

A la fin du carnet, se trouve la liste des associations des personnes cérébrolésées.

Le carnet de bord est divisé en 3 parties :

1. Faisons connaissance
2. Les données chronologiques
3. Les démarches administratives

1. Faisons connaissance

Il s'agit d'une fiche identitaire au sens large qui reprend

- les différentes **coordonnées** de la personne cérébrolésée (nom, prénom, date de naissance, etc.)
- les **événements importants** dans sa vie durant les six mois qui ont précédés son problème de santé, ses **projets** particuliers avant son problème de santé, ...

2. Données chronologiques

Ce chapitre vous permet de noter les informations au fur et à mesure de l'évolution de la personne cérébrolésée.

A. la phase aiguë

- Les activités dans les heures ou les jours qui ont précédé le problème de santé
- Nom de l'hôpital où ont eu lieu les premiers soins, nom des intervenants,...
- Le coma, les interventions chirurgicales, les premiers traitements...
- Le relevé des difficultés et des progrès : aspects physiques, cognitifs, affectifs et comportementaux, ...

B. la phase de rééducation

- Etablissements fréquentés : noms, dates d'entrée, de sortie, noms des personnes de contact
- Relevé des difficultés et des progrès observés : aspects physiques, cognitifs, comportementaux, autonomie dans les actes de la vie journalière, dans la vie sociale, ...
- Questions à poser aux intervenants

C. la phase post-rééducation

- Etablissements fréquentés après la rééducation
- Noms des personnes de contact
- Relevé des difficultés et des progrès
- Questions à poser aux intervenants

3. Démarches administratives

- Références concernant les dossiers INAMI, assurances, Ministère des Affaires Sociales, services sociaux, ...
- Questions à poser aux personnes de contact

Conclusions

- Les livrets sont **des outils**, des supports, pour mieux informer et dès lors mieux communiquer.
- Ils ne sont qu'**une réponse parmi d'autres**, aux attentes des familles et des professionnels dans ce désir de mieux communiquer.

*Texte écrit à partir de la conférence de Nadine Bosman
(7/12/2001)*

*Nos livrets seront prochainement distribués gratuitement dans les
principaux hôpitaux bruxellois.
Ils seront également à votre disposition lors des conférences et des
réunions de discussions*



La création du Centre Ressources



Le 10 janvier 2005, lors de la rencontre des familles organisée conjointement par l'association Revivre et l'asbl La Braise, La Braise a émis l'idée de mettre en place un « Centre Ressources » dédié aux personnes concernées par la lésion cérébrale acquise (traumatisme crânien, accident vasculaire cérébral, ...).

Les membres très actifs de La Braise se sont mis au travail. Aujourd'hui, ce « Centre Ressources » démarre son activité grâce à la confiance de Madame la Ministre E. Huytebroeck chargée de la politique des personnes handicapées et à une subvention « Initiative » octroyée par la Commission Communautaire Française – Région de Bruxelles-capitale.

L'activité du « Centre Ressources » s'articule autour de 4 axes :

1. **Recherche et action** en ce qui concerne les besoins et attentes des adultes cérébrolésés et de leurs familles, notamment en matière de structure d'accueil.
2. **Information et documentation** : organisation des ressources documentaires sur le traumatisme crânien et la lésion cérébrale acquise (ses caractéristiques, les méthodes de prise en charge, ...), les structures, les institutions, les services, les droits, ...
3. Informer et conseiller les personnes adultes, leurs familles et les professionnels travaillant à leurs contacts (ligne téléphonique, site internet).
4. **Communication et formation** des milieux professionnels (sociaux, médicaux, juridiques) et des familles en ce qui concerne le handicap invisible et ses lourdes répercussions au niveau de l'autonomie des personnes concernées. Organisation de formations, journées d'études, publication de brochures.
5. **Sensibilisation** du grand public afin de favoriser une meilleure connaissance de ce handicap méconnu et actions concrètes de prévention pour réduire le nombre d'accidents.

Calendrier :

De septembre à décembre 2005	Constitution des premiers contacts Alimentation d'une banque de données Création d'un site WEB
8 décembre 2005	Perspectives médico-légales après un traumatisme crânien (conférences destinées aux avocats)
9 décembre 2005	Journée d'étude consacrée à la Qualité de Vie des personnes présentant une lésion cérébrale acquise et de leurs proches (orateurs de France et de Belgique)

La Braise – Centre Ressources

Coordinatrice	Ravi Katara
Siège social	rue de Neerpede 165 à 1070 Bruxelles
Siège d'activité	rue de la Vigne 56 à 1070 Bruxelles
☎	02 / 522 20 03
Fax	02 / 521 65 55
E-mail	La.Braise.centreressources@skynet.be

Au revoir l'ami !

*Un ami (un vrai) nous a quitté...
un grand monsieur s'en est allé...*



Toujours à l'écoute des autres, toujours à encourager les autres, ne se plaignant jamais, ayant des projets (toujours tournés vers les autres, vers les personnes cérébrolésées, vers les enfants atteints du cancer, ...), Michel était généreux, il aimait le contact, il aimait partager, échanger ... Il le faisait au quotidien, ayant toujours un petit mot personnalisé qui faisait savoir à son interlocuteur que ce n'était pas un banal échange de formules de politesse « bonjour, ça va, bonsoir » mais qu'il le prenait en considération, qu'il avait retenu tel ou tel petit détail qu'il lui avait raconté ... Il nous demandait vraiment réellement comment nous allions, alors que ce serait plutôt nous qui aurions dû lui demander comment il allait ... Ceux qui l'ont croisé retiendront son grand sourire pour nous accueillir, son visage ouvert, son regard direct, sa poignée de main chaleureuse, son grand cœur ... et son inévitable pointe d'humour ...

Il nous a fait partagé aussi son long chemin depuis l'AVC dans son remarquable livre que beaucoup d'entre nous ont lu et qui a marqué plus d'un lecteur. Il y a exprimé les souffrances, les espoirs, les peines, les découragements, les rages des personnes victimes d'un AVC. Plusieurs d'entre nous lui sont très reconnaissants d'avoir ainsi parlé pour nous ... C'est un livre criant de vérité, sans compassion, très réaliste (mais sans se lamenter) mais avec des analyses, des propositions, des idées novatrices, ... et toujours sa pointe d'humour !

Ses humeurs, ses idées, ses coups de gueule, il nous les a aussi fait partager dans notre magazine ReVivre, signant de diverses initiales (MS, MT, MW ...). Son écriture était acerbe, vive, relevant les défauts de la cuirasse de notre système de santé : rappelez-vous notamment son texte « Mais cela ne se voit pas docteur ... ».

Il l'a fait encore par ses exposés : la maladie l'a toutefois empêché d'honorer son désir ardent de venir parler aux membres de ReVivre en juin 2004 ...

Il avait un courage incroyable qui lui avait permis de franchir déjà de si nombreux obstacles de santé ... chaque fois, il mettait un genou à terre, ployait sous le poids de l'accident ou de la maladie mais tant de fois, à force de volonté, de travail, de souffrance, d'amour des siens, sans jamais se plaindre, il s'était redressé ... il en avait ainsi vaincu des montagnes ... mais la sournoise maladie, un jour l'a vaincu ... sans se plaindre, il s'est éteint doucement, dans la chaleur de sa famille ...

A Pili, son épouse admirable, à Mikaël et à Diego, ses 2 fils, que nous avons pu découvrir au fil des pages de son livre, nous présentons nos très sincères condoléances et partageons votre peine. Nous nous inclinons respectueusement devant la force de l'amour qui vous unissait et qui a permis à Michel d'avancer au cours de ces dernières années.

Merci Monsieur Michel pour tout ce que vous nous avez apporté, ceux qui vous ont côtoyé ont grandi grâce à vous ... bon voyage Michel ... nous sommes sûrs que là où vous êtes, vous souriez à celui qui est triste, vous encouragez celui qui baisse les bras et vous avez des projets plein la tête ...



Texte de la conférence
du 11 décembre 2004

Des mots aux phrases, des phrases aux énoncés, d'où proviennent les malentendus ?

Composantes cognitives, langagières et pragmatiques
nécessaires à la compréhension.

*par Valérie Chavet, logopède
et Gwenaëlle Mary, neuropsychologue*

Chapitre

1

Introduction

Notre objectif est de montrer, à partir d'exemples concrets, que la compréhension d'un message requiert de nombreuses compétences et que si l'une de ces compétences n'est plus efficiente, le message risque de ne pas être compris : c'est la porte ouverte aux malentendus.

Qu'est-ce qu'un message ?

Un message est composé de mots qui vont composer une phrase. Cette phrase peut être suivie d'autres et l'ensemble va former un énoncé.

D'une part, cet énoncé s'intègre dans un contexte : si l'on dit « Quel monde il y avait ! », il se peut que l'on parle de 20 ou de 300 personnes en fonction du lieu où l'on se trouvait.

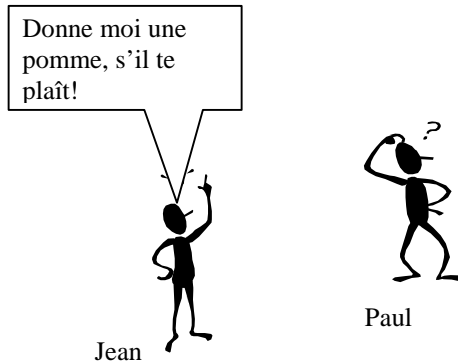
D'autre part, cet énoncé répond à une intention de l'émetteur. Si quelqu'un dit : « J'ai soif », sans doute ne veut-il pas seulement mettre au courant son interlocuteur du fait qu'il a soif, il s'attend à ce que ce dernier lui serve à boire.

On peut donc dire que pour se faire une représentation exacte de ce que dit l'émetteur, l'interlocuteur doit non seulement décoder le message mais également tenir compte des informations contextuelles et s'interroger sur l'intention de l'émetteur.

Nous allons successivement aborder les compétences nécessaires à la compréhension des mots, des phrases et des énoncés.

Compréhension des mots

Voici Jean et Paul qui vont nous accompagner tout au long de cet exposé.



Nous allons envisager 2 cas de figure :

► Paul est attentif

Dans ce cas-là, voyons d'abord ce qui se passe en dehors de tout trouble :



On entend le mot « pomme » ;



Analyse auditive

A ce stade, on va en isoler les constituants, repérer l'ordre de ces derniers, les identifier et les discriminer pour former une représentation infra-lexicale.



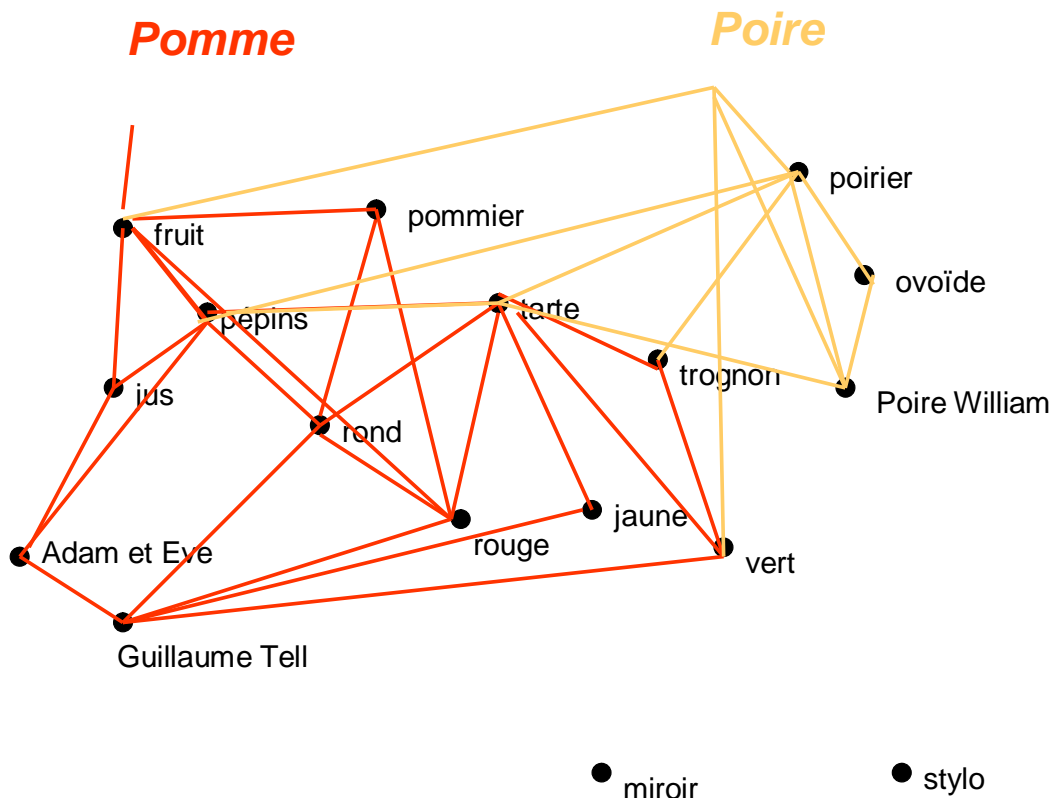
Lexique phonologique d'entrée

La représentation obtenue va être confrontée aux séquences de sons des mots courants qui sont stockées dans le lexique phonologique d'entrée.
A ce stade, on reconnaît le mot « pomme » comme étant un mot de la langue française sans pour autant en connaître la signification.



Système sémantique

Ce système contient toutes les connaissances que l'on a accumulées sur ce mot au cours de notre vie.
Comment seraient représentés les concepts en mémoire ?
Chaque concept serait un réseau de traits et chaque trait renverrait à une propriété de l'objet, certains de ces traits étant communs à plusieurs concepts.



Les lignes foncées représentent ce qui pourrait être le réseau du concept « pomme » et les lignes claires, ce qui pourrait être le réseau du concept « poire ».

Si l'on en revient à Paul, il se peut qu'il n'ait pas compris le message en raison d'une atteinte :

- **soit au niveau de l'analyse auditive** (en dehors de tout problème d'audition, il pense par exemple que Jean a parlé d'une bome)
- **soit au niveau du lexique phonologique d'entrée** (il ne reconnaît pas le mot « pomme » comme étant un mot de sa langue)
- **soit au niveau du système sémantique** (il sait que le mot « pomme » existe mais soit, il ne retrouvera aucune information concernant ce concept et n'aura aucune idée de ce qu'il doit donner, soit il en activera certains traits généraux (ex. fruit) et se dirigera peut-être vers la poire qui partage certains traits communs avec la pomme.

► Paul est inattentif

Si Paul est inattentif, il peut être distrait ou occupé à faire autre chose, il peut encore être peu vigilant (il bâille, ses paupières semblent lourdes)

... *Au fond, qu'est-ce que l'attention ?*

Fréquence

Les troubles de l'attention sont très fréquents après un dommage cérébral. En 1984, des chercheurs¹ ont estimé que 80% des personnes cérébrolésées présentaient des déficits des fonctions attentionnelles. Pourtant, si l'on interroge ces personnes, seuls 31% d'entre elles rapportent présenter un tel déficit.

Ce qui peut expliquer cette différence, c'est que les problèmes d'attention peuvent se manifester de différentes manières (par exemple : la négligence complète d'un côté de l'espace, une distraction accrue, un ralentissement des temps de réaction, ...). En réalité, les problèmes attentionnels vont détériorer l'efficacité d'autres processus cognitifs et c'est pour cette raison que les manifestations de ces problèmes peuvent être très variables.

Définition

Nous allons définir l'attention de la manière suivante :

L'attention est une fonction de base impliquée dans toute performance intellectuelle ou comportementale, tant au sein de la vie quotidienne que lors des activités thérapeutiques (définition de Leclercq & Zimmermann, 2000²)

L'attention est donc presque toujours requise, quel que soit le type d'activité que nous sommes occupés à faire. Cette constatation a pour corollaire qu'il sera difficile d'isoler au quotidien les phénomènes attentionnels. C'est en effet toujours de manière indirecte qu'on pourra en avoir un aperçu, il s'agira pour nous de voir en quelle mesure elles « modulent » la qualité des démarches cognitives, les comportements ou même la manière dont la personne peut s'adapter aux stimulations qui lui sont faites.

L'attention ou « les » attentions ?

Depuis plusieurs années, le terme générique d' « attention » s'est vu remplacé par différents concepts plus spécifiques. Ces concepts correspondent à des réalités cliniques très différentes. Nous allons regrouper ces différents concepts autour de deux axes principaux.

¹ Van Zomerén, A.H., Brouwers, W.H. & Deelman, B.G. (1984). Attentional deficits: the riddles of selectivity, speed and alertness. In D.N. Books (Ed.). *Psychological deficit after brain injury*. London: Oxford University Press.

² Leclercq M. & Zimmermann, P. (2000). L'évaluation des fonctions attentionnelles. In Solal (Ed.). *traité de neuropsychologie clinique, tome I*. Marseille

➤ Axe de l'intensité

Il s'agit de la capacité générale à se concentrer, c'est-à-dire un niveau de base de l'attention, qui est composé de :

- **L'alerte et la vitesse de traitement** : il s'agit de la capacité à engager son attention avec ou sans signal avertisseur. Imaginons nous en voiture. Nous conduisons un véhicule. Notre vitesse de traitement correspondra par exemple à notre capacité à réagir rapidement lorsqu'un piéton traverse brusquement la rue, ou à réagir rapidement lorsque le feu passe à l'orange.
- **L'attention soutenue et la vigilance** : c'est notre capacité à maintenir sur une longue durée notre attention et ce, lorsque les signaux à détecter sont -ou non- fréquents. Par exemple, lors d'un travail à la chaîne, il s'agira de notre capacité à trier toute la journée le papier du plastic parmi des déchets qui circulent sur un tapis mécanique.

➤ Axe de la sélectivité

La sélectivité correspond à notre capacité à diriger notre attention sur une information pertinente, c'est-à-dire sur ce qui est intéressant pour la tâche que nous sommes occupés à faire. On parle du « filtrage » attentionnel. Il s'agit des niveaux dits « supérieurs » de l'attention. Cet axe est composé de :

- **L'attention sélective et focalisée** : c'est la capacité à diriger notre attention sur une information pertinente en ignorant les distracteurs. Retournons voir nos deux amis, Jean et Paul. Imaginons qu'ils sont attablés dans un café. Lors de leur conversation, Paul va devoir diriger son attention sur ce que lui dit Jean, assis en face de lui, alors que leurs voisins parlent entre eux d'autre chose. Il va donc devoir porter son attention sur la conversation qu'il tient à Jean, qui est pertinente, et inhiber l'écoute des autres conversations.
- **L'attention divisée** : elle correspond à la capacité à diriger notre attention sur plusieurs paramètres de filtrage à la fois. Il s'agira ici de gérer deux types d'informations en même temps. Dans notre exemple du café, Paul va toujours diriger son attention sur ce que dit la personne en face de lui, tout en portant en même temps son attention sur le serveur, en vue de lui demander un autre café.
- **La flexibilité** : cette notion porte sur notre capacité à changer de plan d'action, ou à changer de « focus attentionnel » lorsque des contraintes externes nous le demandent. Imaginons que les voisins de Jean et de Paul leurs posent une question. Paul devra porter cette fois son attention sur ce que lui disent les voisins de table pour écouter leur question, et puis, dès qu'il leur a répondu, reporter son attention sur la discussion qui était au préalable pertinente.

***UNE BONNE PARTIE DES PROBLEMES DE COMMUNICATION PEUT S'EXPLIQUER PARCE QUE
PAUL EST INATTENTIF.***

En effet, s'il présente un ralentissement des temps de réponse, il mettra beaucoup plus de temps à intégrer et comprendre ce que lui demande Jean et ce, indépendamment de problèmes moteurs et même s'il sait qu'il doit se dépêcher.

Par contre, il pourra avoir du mal à allouer son attention longtemps si sa capacité à soutenir son attention durant une longue période de temps est affaiblie. Si Jean demande à Paul d'aller chercher une pomme, mais que cette demande est « noyée » dans un flux d'informations, il est probable que Paul passera à côté de la demande qui lui a été faite.

Il en va de même en ce qui concerne les fonctions « supérieures » de l'attention. Si Paul ramène à Jean une poire au lieu d'une pomme, il est possible que Paul présente une difficulté à sélectionner le bon élément dans la corbeille de fruits (il sait qu'il doit prendre une pomme, mais revient avec une poire parce qu'il s'est trompé de cible, son attention sélective lui faisant défaut). Il est également possible que Paul n'ait pas réussi à faire attention à ce que lui demandait son ami parce qu'il était déjà occupé à effectuer autre chose (le téléphone qui sonne, le courrier à moitié lu, etc.). Il présenterait des difficultés à allouer son attention sur plusieurs choses en même temps.

Il est encore possible que Paul se soit fait piéger par ses pensées intérieures (il pense tellement à la glace qu'il a envie de manger qu'il rapporte une glace à Jean plutôt qu'une pomme).

Chapitre

3

Compréhension des phrases

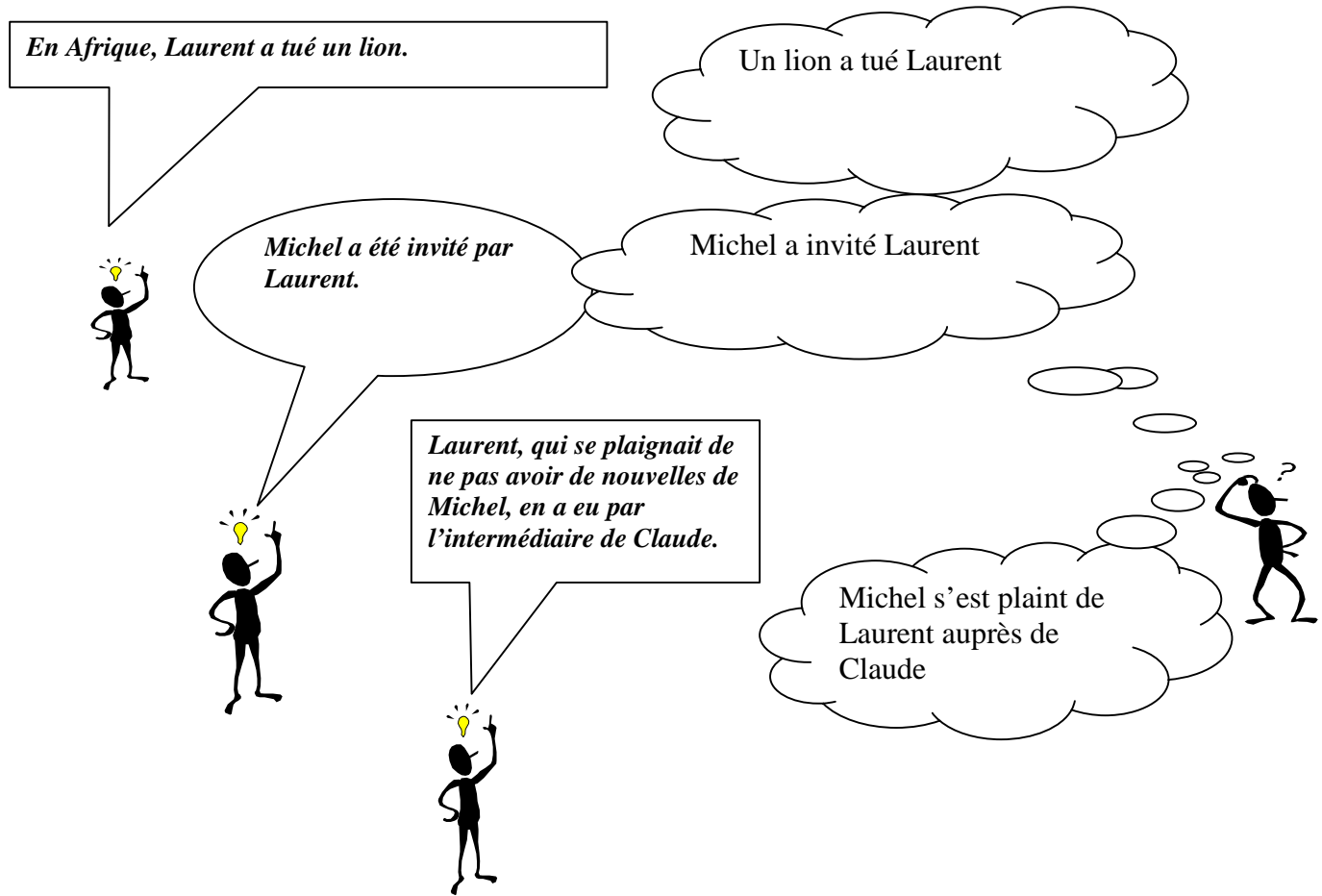
Si l'on comprend tous les mots d'une phrase, ce n'est pas pour autant que l'on comprendra cette même phrase.

On peut distinguer 2 types de phrases : les phrases explicites et les phrases implicites.

► les phrases explicites

Les phrases explicites sont celles où tout est dit, où il ne faut rien sous-entendre

► Prenons l'exemple des phrases complexes sur le plan syntaxique :



Pour pouvoir comprendre ce type de phrases, il faut pouvoir attribuer à chacun des éléments de la phrase un rôle thématique, c'est-à-dire savoir que tel(s) élément(s) renvoie(nt) à l'action, que tel(s) autre(s) désigne(nt) celui qui fait l'action ou au contraire celui qui subit l'action, ...

La première phrase est dite réversible : il pourrait être syntaxiquement correct de dire « Un lion a tué Laurent » mais le sens véhiculé n'est pas le même alors que les éléments lexicaux utilisés sont les mêmes. C'est l'ordre des mots **et** les marquages inflexionnels (genre et nombre, accord en nombre sujet-verbe, conjugaison...) qui permettent en français d'attribuer les rôles thématiques, comme on peut le voir également dans la troisième phrase.

Dans la deuxième phrase, qui est passive, « Michel » se trouve en première position, et pourtant c'est Laurent qui est acteur. L'ordre des mots n'est donc pas le seul critère valable.

► **On peut également citer les phrases longues riches en éléments :**

Retrouvons nos amis Paul et Jean. Paul doit expliquer un chemin à son ami Jean.



Pour pouvoir comprendre ce type de phrases-ci, il faudra être attentif, comme explicité précédemment. Il faudra non seulement porter son attention sur les concepts, mais également sur les nuances qui sont dites explicitement dans la phrase. Ici jouera cependant aussi une autre grande fonction cognitive : **la mémoire**.

Fréquence

Les troubles de la mémoire, comme les troubles de l'attention, sont très fréquents après un dommage cérébral.

Ces problèmes peuvent ici aussi se manifester de différentes manières (oublier ce que les autres viennent juste de dire, oublier ce que j'ai prévu de faire, ne plus se rappeler de certains faits du passé, ...). Cette grande variabilité d'aspect s'explique par le fait qu'on ne conçoit plus aujourd'hui la mémoire comme une entité homogène. On estime au contraire qu'elle est composée de plusieurs systèmes et sous-systèmes qui peuvent être sélectivement lésés. Le système de mémoire qui va plus précisément nous intéresser pour comprendre des phrases longues et riches en éléments est la mémoire à court terme ou « mémoire de travail ».

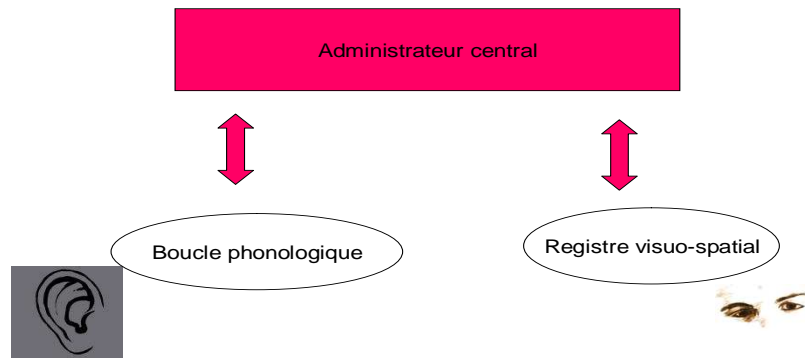
Modèle de la mémoire de travail de Baddeley

La mémoire de travail est un système de mémoire qui code de manière temporaire l'information sous un format qui rend possible la réalisation de tâches cognitives diverses. Il s'agit donc d'un système qui nous permet de **maintenir** et de **manipuler** une information en mémoire durant une courte durée.

La rétention temporaire et la manipulation d'informations repose sur le fonctionnement coordonné de différentes composantes :

- **la boucle phonologique** : c'est le système qui travaille au maintien de l'information verbale. Ce système doit donc être vu comme un magasin où l'information est maintenue sous forme phonologique. Ce magasin serait composé d'un système de récapitulation qui permet de maintenir active cette information. Par exemple, cette boucle phonologique est requise lorsqu'il faut retenir un numéro de téléphone mentalement le temps de trouver un papier pour l'écrire (on se dit « *le numéro du boucher est le xx/xxx.xx.xx* » et on se le répète jusqu'à ce qu'on ait pu le noter sur un bout de papier).

- **le registre visuo-spatial** : c'est le système qui est responsable du maintien temporaire de l'information visuo-spatiale. Il est par exemple requis lorsqu'il faut retenir une séquence visuelle pendant quelques secondes.



Ces deux systèmes seraient coordonnés par un système superviseur qui porterait le nom **d'administrateur central**. Ce système permet de manipuler une information maintenue à court terme en mémoire. Il sera par exemple utile en broderie lorsqu'il faut retenir le nombre de points à faire dans une certaine couleur et compter simultanément au fur et à mesure combien on en a déjà fait. C'est ce système qui nous permet de comprendre une phrase plutôt que de l'intégrer de manière passive et sans la comprendre réellement.

QUE SE PASSE-T-IL SI PAUL PRESENTE DES DIFFICULTES EN MEMOIRE DE TRAVAIL ?

Si la boucle phonologique ne fonctionne plus adéquatement, il présentera des difficultés à retenir la phrase, il ne sera même pas en mesure de la répéter.

Comme les ressources de la mémoire de travail sont limitées et partagées entre les différents systèmes, si Paul parvient tout de même à répéter la phrase grâce à sa boucle phonologique, il présentera des difficultés de compréhension de l'énoncé. Il ne sera pas en mesure de retenir le début de la phrase et d'emmagasiner la suite de celle-ci pour former un tout cohérent. Il pourra également présenter des difficultés à gérer une interférence. Ainsi par exemple, s'il tente de retenir le trajet à effectuer et qu'en même temps, un ami en voiture klaxonne pour lui dire bonjour, il pourra avoir perdu toute trace en mémoire du trajet à effectuer.

La boucle phonologique et l'administrateur central sont donc deux systèmes extrêmement importants pour comprendre des phrases.

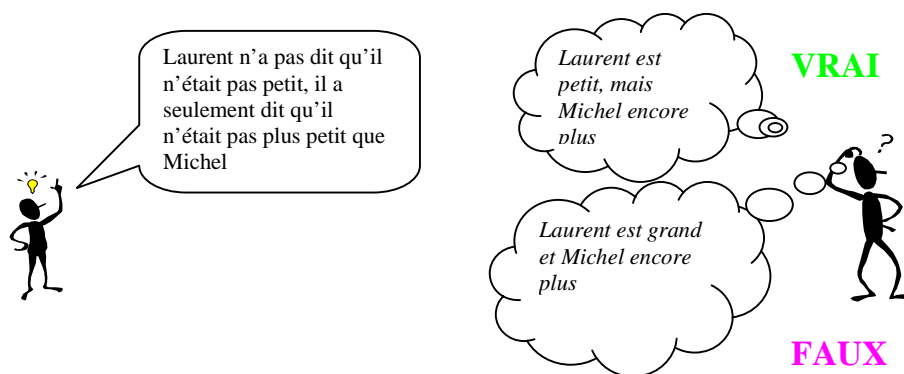
► les phrases implicites

Les phrases implicites sont des phrases pour lesquelles il faut opérer des INFÉRENCES, c'est-à-dire :

« tirer des conclusions à partir de principes ou d'informations déjà connus et générer une nouvelle information »

DEUX GRANDS TYPES D'INFÉRENCES

► Les inférences logiques strictes



Pour comprendre ce type de phrases, des compétences linguistiques ainsi que des ressources attentionnelles et mnésiques sont toujours indispensables.

Vient se greffer à ces dernières un processus cognitif de logique formelle. En effet, pour pouvoir comprendre la double négation dans la première proposition, des compétences logiques sont indispensables et sont identiques à celles nécessaires en algèbre. En effet, le contraire de a est $\neg a$ et le contraire de $\neg a$ est $\neg(\neg a)$ ou a , ce qui revient à dire que deux négations s'annulent et rendent la proposition positive. « Il n'a pas dit qu'il n'était pas petit » revient donc à dire qu'il est en effet petit. Dans la 2^e proposition, il y a une comparaison (plus petit que) précédée d'une négation. Et là, à nouveau, l'analogie avec l'algèbre s'impose : $\neg(+a) = +(-a)$; « il n'était pas (-) plus petit (+) que Michel » revient à dire qu'il est (+) plus grand (-) que Michel.

Une autre caractéristique de ces inférences logiques strictes est qu'**une seule** interprétation de l'énoncé est possible.

► Les inférences interprétatives

Ici, contrairement aux inférences logiques strictes, plusieurs hypothèses sont plausibles et il faudra sélectionner l'interprétation la plus vraisemblable en fonction du contexte et des connaissances que nous avons sur le monde.

Informations contextuelles

Voyons d'abord pourquoi les **informations contextuelles** sont indispensables à la sélection de l'hypothèse la plus vraisemblable.

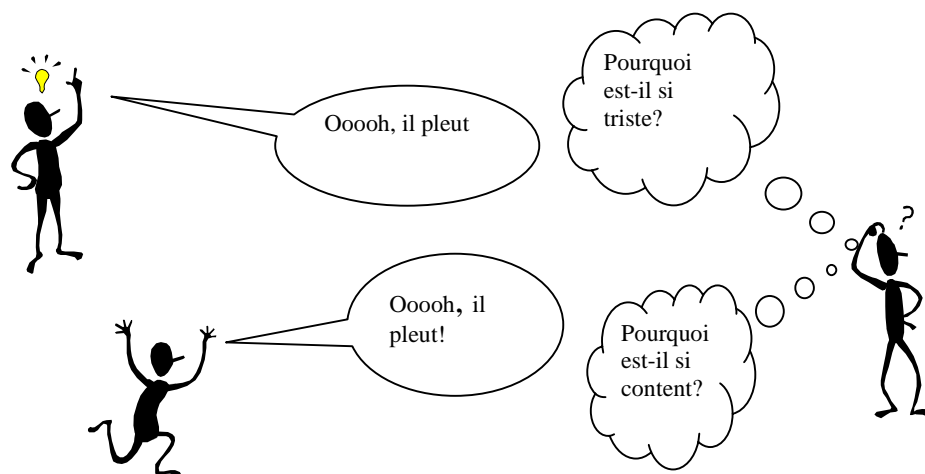
Elles nous permettent, d'une part, de décoder l'intention réelle de l'émetteur. Dans l'exemple suivant, Paul doit faire appel aux connaissances qu'il a sur le lieu, sur les épisodes survenus précédemment pour pouvoir inférer l'intention de Jean en éliminant les hypothèses qui ne coïncident pas avec les éléments contextuels relevés.

Intention de l'émetteur?



D'autre part, l'appréciation du contexte nous permet de mieux comprendre l'émotion et l'intonation qui accompagnent l'énoncé.

Émotion



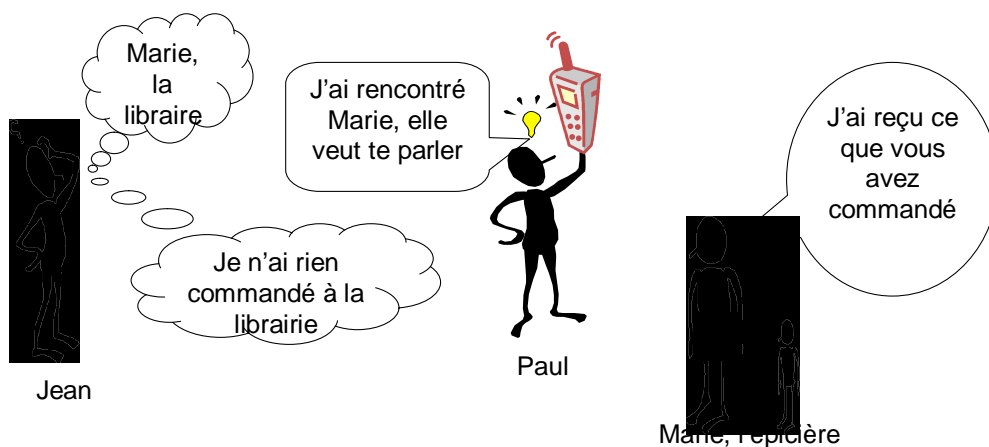
Si Jean est triste, alors qu'il pleut, Paul le comprendra aisément étant donné qu'on se réjouit rarement lorsqu'il pleut.

En revanche, si Jean est content, alors qu'il pleut, Paul pourra s'en étonner s'il ne tient pas compte du fait que dernièrement, Jean a réalisé des plantations.

Il faut donc non seulement pouvoir reconnaître les émotions qui se marquent sur le visage ainsi que les intonations dans la voix mais également pouvoir faire le lien entre ce qui est dit et le contexte pour pouvoir comprendre le pourquoi de l'émotion et de l'intonation.

Enfin, le contexte nous permet de savoir ce que les différents interlocuteurs savent ou non.

Savoir ce que l'autre sait, ou non



Si Paul téléphone à Jean en lui disant qu'il va lui passer Marie, Paul sait qui il a en face de lui : il s'agit de Marie l'épicière. En revanche, comme Paul ne spécifie pas de quelle Marie il s'agit, Jean va avoir une fausse croyance et penser qu'il s'agit de Marie la libraire.

Si Marie ne se rend pas compte qu'il est possible que Jean ait une fausse croyance et qu'en prenant le téléphone, elle lui dise directement, sans se présenter de manière plus précise, que sa commande est arrivée, Jean sera perdu.

Pour que Marie se rende compte que Jean a peut-être une fausse croyance, elle doit prendre conscience de DEUX choses :

- Jean n'est pas là, il ne voit pas qui Paul a en face de lui
- et donc Jean ne peut pas savoir qui Paul a en face de lui

Elle doit attribuer à Jean ce qu'on appelle son état réel de connaissance.

DE NOMBREUSES ETUDES SE DEVELOPPENT A CE SUJET ET TENDENT A MONTRER QUE SUITE A UNE LESION CEREBRALE, CERTAINS PATIENTS AURAIENT DES DIFFICULTES A ATTRIBUER UN ETAT DE CONNAISSANCE OU UN ETAT MENTAL A AUTRUI.

Connaissances préalables

- Voyons à présent en quoi les **connaissances préalables** sont tout aussi indispensables.

Sur quoi portent ces connaissances préalables ?

- **les règles discursives**
 - Connaissances préalables



Ordre des séquences et marqueurs de cohérence

Les séquences sont pareilles dans les deux phrases mais ne sont pas énoncées dans le même ordre.

Ce n'est qu'en tenant compte de *l'ordre des séquences* et de la *signification du marqueur de cohérence* « mais » que Paul pourra comprendre que dans la première situation, Jean ne mangera pas la pomme qu'il lui propose car c'est la séquence « je n'aime pas les fruits » qui prime et qu'en revanche, dans la seconde situation, Jean se laissera tenter.

On pourrait se dire que ce genre de phrases s'apparente à celles impliquant des inférences logiques strictes mais la compétence logique requise ici n'a pas la même rigueur formelle.

Un autre exemple de règle discursive concerne les *anaphores pronominales* (reprise d'un élément du discours par un pronom) :

L'emploi de ces anaphores est normalement régi par des règles assez strictes.

Dans la phrase « Les garçons ont mangé beaucoup de pommes, ils avaient faim », le pronom « ils », sujet de la 2^e proposition renvoie à l'antécédent « Jacques », sujet de la 1^{ère} proposition.

Mais comme nous le verrons, la connaissance des règles de l'enchaînement discursif ne suffit pas toujours, notamment lorsque l'émetteur ne respecte pas ces règles et lorsque l'énoncé est ambigu.

- **les associations sémantiques**

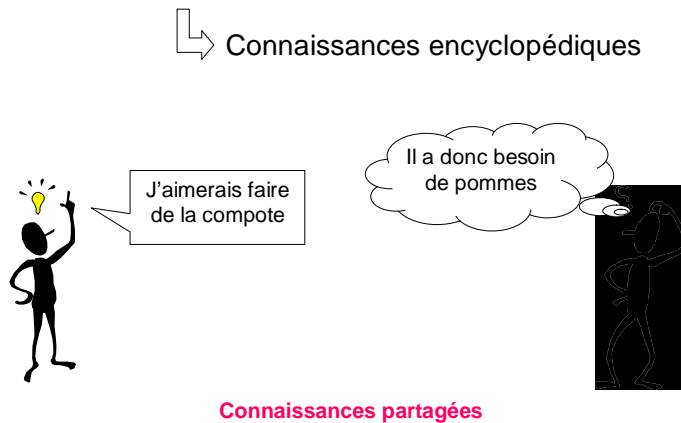
Dans la phrase « Les filles ont mangé beaucoup de pommes, elles étaient savoureuses. », la règle discursive décrite ci-dessus n'est plus respectée puisque le pronom « elles » sujet de la 2^e proposition ne renvoie pas au sujet de la 1^{ère} proposition « les filles ». Pour ne pas mal interpréter l'énoncé, il faut tenir compte du fait que l'adjectif « savoureux » ne s'associe pas avec des personnes mais qu'il qualifie plutôt des aliments.

- **les connaissances encyclopédiques**

Il s'agit de tous les savoirs que nous avons emmagasinés sur le monde.

Certaines de ces connaissances sont partagées par un très grand nombre de personnes. Sans cet univers de référence, il nous serait impossible de communiquer. Si le récepteur possède les connaissances requises pour comprendre la phrase émise par l'émetteur, il devra encore les mobiliser, ce qui peut s'avérer difficile suite à une lésion cérébrale.

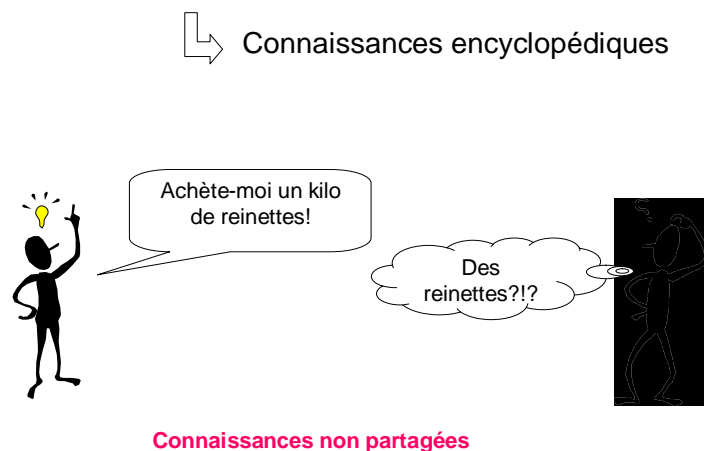
- Connaissances préalables



Ainsi, si Jean dit à Paul qu'il aimerait faire de la compote, Paul doit activer la connaissance selon laquelle la compote est souvent faite à partir de pommes pour en déduire que Jean a besoin de pommes.

Mais bien souvent, les malentendus surviennent car les connaissances requises ne sont pas partagées par les différents interlocuteurs.

- Connaissances préalables



Ainsi, si Jean demande à Paul de lui acheter un kilo de reinettes, Paul se posera des questions si pour lui, les reinettes ne sont que des grenouilles et qu'il ignore qu'il s'agit également d'une variété de pommes.

- **les schémas d'action logiques et cohérents, les scripts habituels**

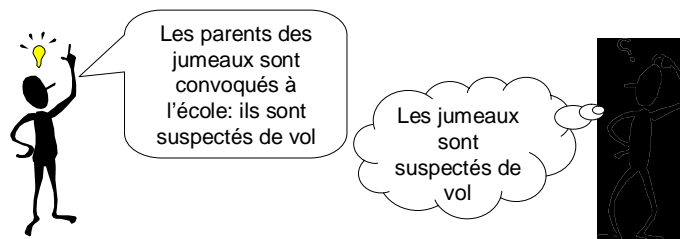
Il s'agit ici de schémas de déroulement d'actions que nous avons inscrits dans notre mémoire sémantique au cours de notre existence.

Ainsi, si Jean dit : « il ne faut pas que j'oublie mon parapluie », Paul pourra inférer qu'il va sans doute pleuvoir puisque le schéma logique d'action veut que nous prenions un parapluie lorsqu'il pleut.

Ces schémas seront également sollicités si l'énoncé ne respecte pas scrupuleusement les règles discursives et que les connaissances sémantiques pures ne suffisent pas à lever l'ambiguïté.

- **Connaissances préalables**

↳ Schémas d'action logiques et cohérents, scripts habituels



Dans cet exemple, qui est suspecté de vol : les parents ou les jumeaux ? S'il s'agissait des parents, ils auraient été convoqués au commissariat, on n'est donc pas dans ce schéma d'action-là. Comme on parle d'école, on peut inférer que ce sont les enfants qui sont suspectés de vol et que les parents, en tant que responsables, ont été convoqués. C'est donc en faisant appel au schéma d'action adéquat que l'on peut comprendre cette phrase.

Où sont stockées ces connaissances préalables ?

Ces connaissances, pour être utilisées à bon escient, sont stockées quelque part en mémoire. Nous l'avons vu, la mémoire n'est pas un tout homogène, elle est composée de différents systèmes. L'endroit où sont stockés ces connaissances préalables est la « mémoire à long terme ».

La mémoire à long terme est un système de mémoire où nous plaçons toute une série d'informations pendant des durées extrêmement longues. On en parle comme du livre de notre vie. Nos souvenirs vont être placés dans des sous-systèmes différents de mémoire : je placerai le souvenir d'un petit épisode de vie qui m'est propre (par exemple le jour de mes dix ans) dans ma mémoire autobiographique, mais je placerai dans ma mémoire procédurale la manière dont je conduis.

Les connaissances préalables nécessaires à la bonne compréhension d'un message sont composées entre autre de :

- **concepts** : il s'agit de représentations symboliques de l'ensemble des connaissances que nous avons à propos du monde, et qui sont utilisées pour communiquer, réfléchir, agir sur le monde extérieur. Ces concepts sont stockés dans la « mémoire sémantique ».

- **événements personnellement vécus** : il peut s'agir du souvenir d'événements spécifiques que je peux situer dans le temps et dans l'espace (mémoire épisodique personnelle), mais aussi de connaissances générales que l'on a sur soi (mémoire sémantique personnelle). Ces événements personnels sont stockés dans la mémoire autobiographique.

Après une lésion cérébrale, il peut être difficile d'accéder à ces souvenirs et donc, aux connaissances préalables nécessaires à la compréhension.

En effet, lorsqu'on apprend une nouvelle information, trois étapes sont nécessaires :

- **L'encodage** : il s'agit de la mise en mémoire de l'information. Après une atteinte au niveau du cerveau, il peut être difficile de mettre des nouvelles informations en mémoire, tout se passe comme si plus rien ne s'inscrivait dans le cerveau (l'encodage ne se fait plus correctement).
- **Le stockage** : cette étape correspond au fait que le souvenir, après avoir été encodé, doit rester en mémoire. Il doit être logé quelque part dans le cerveau. Si le stockage est altéré, l'information va être trop rapidement effacée de la mémoire.
- **La récupération** : elle correspond à notre capacité à nous rappeler du souvenir au moment où il le faut (quand on nous pose la question par exemple). Il est possible, après une lésion cérébrale, que l'accès au souvenir ne se fasse plus correctement. Le souvenir n'est pas effacé, mais on ne sait plus y accéder. Il faut alors que l'on nous indice pour nous rappeler de l'information.

***DES DIFFICULTES DE COMPREHENSION PEUVENT DONC DECOULER
D'UNE PERTE DE L'INFORMATION EN MEMOIRE OU D'UN DEFICIT D'ACCES A CELLE-CI.***

Processus cognitifs

Enfin, il nous semble important de décrire les **différents processus cognitifs** qui nous permettent de réaliser ce type d'inférences.

La déduction :

Un argument déductif est dit valide si la conclusion est nécessairement vraie, dès lors que les prémisses le sont elles-mêmes.

Prenons un exemple. Si Jean dit à Paul que dans un cocktail, il mange toujours moins s'il connaît beaucoup de monde, la déduction que Paul pourra en retirer est que si Jean ne connaît pas beaucoup de monde au cocktail, il mangera plus. Il faut donc prévoir assez à manger.

L'induction :

Une induction est basée sur l'observation de faits qui amène à générer des hypothèses sur des ensembles de faits plus généraux.

Même si l'on admet la vérité des prémisses, la conclusion inférée peut être fausse.

Dans l'exemple suivant, Paul voit Jean manger une pomme et se dit « Tiens, Jean mange une pomme ». Il s'agit d'un fait spécifique. S'ils se rencontrent à nouveau un an plus tard et que Jean mange à nouveau une pomme, Paul pourra tenter d'induire quelque chose, c'est-à-dire générer une hypothèse sur des ensembles de faits plus généraux et infirmer ou confirmer celle-ci. Par exemple, il pourra se dire que Jean ne mange donc que des pommes, mais cette hypothèse est peu vraisemblable...

L'analogie :

Le raisonnement par analogie consiste à transférer une relation établie dans un domaine donné, à des éléments d'un autre domaine, ce à partir d'un critère de similarité partielle entre les éléments des deux domaines considérés. Comprendre par analogie c'est donc emprunter un réseau de relations d'une situation source pour organiser un ensemble d'objets d'une situation cible.

Si Jean dit à Paul que « cet ananas est mou », Paul pourra aller rechercher en mémoire ce qu'il connaît déjà. Il sait que l'ananas, comme la pomme, est un fruit (voilà un critère de similarité). Il sait aussi que la pomme, quand elle est molle, elle est pourrie. Par analogie, il pourra se dire que Jean veut lui signaler que l'ananas est pourri !

Ces processus cognitifs nécessitent donc la mise en place de **3 étapes successives** :

- La recherche de situations analogues dans la sphère des expériences ou des connaissances. En établissant des analogies, le sujet sélectionne donc tel ou tel « schéma de situation » déjà organisé dans le réseau de connaissances (ce schéma étant donc déjà stocké en mémoire à long terme).
- Le contrôle de validité de l'appariement.
- L'adaptation des solutions sélectionnées (inférences) et la validation de celles-ci dans la situation source.

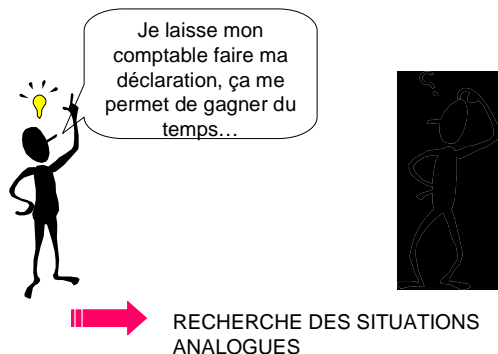
Effectuer des inférences interprétatives, c'est donc un peu comme résoudre un problème, ça nécessite un « contrôle exécutif ».

Ce contrôle exécutif est le contrôle sur les choses que nous avons et qui nous permet ici de :

- Coordonner la réalisation simultanée de 2 tâches,
- Maintenir notre attention sur de longues périodes de temps de façon soutenue et sans se laisser distraire,
- Détecter et corriger les erreurs,
- Empêcher la production de réponses qui ne sont pas appropriées dans un contexte particulier. En d'autres termes, ce contrôle nous permet d'être « flexible » et d'inhiber des pensées intrusives (éviter de persévérer).

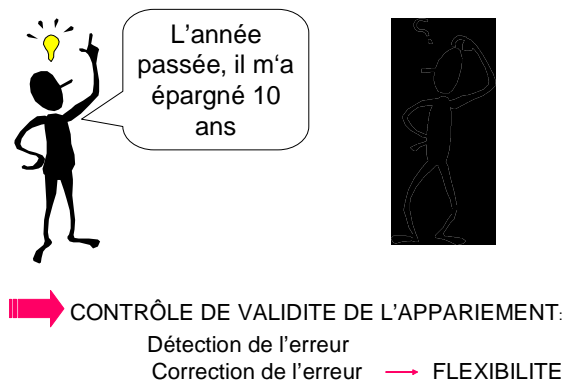
Qu'en est-il de la compréhension de blagues ?

Ces processus sont également requis lorsque l'on doit comprendre une blague. Prenons un exemple :



Pour comprendre cette blague, nous allons rechercher en mémoire des situations analogues. Nous allons ainsi nous dire par exemple que nous connaissons effectivement d'autres indépendants très occupés qui font appel à un comptable lorsqu'il s'agit de rédiger leur déclaration d'impôts.

La suite de la blague (et la chute) est la suivante :



C'est donc avec la chute que nous devons procéder au contrôle de notre appariement et nous dire que cet appariement n'est manifestement pas valide. En détectant notre erreur, nous pouvons la corriger et comprendre ainsi que notre interlocuteur parlait d'années de prison. Son comptable lui est utile pour cacher ses magouilles...

Chapitre

4

Compréhension des énoncés

La compréhension d'un énoncé, comme celle des phrases, suppose donc des compétences linguistiques, des ressources attentionnelles et mnésiques, une capacité à réaliser des inférences logiques et interprétatives. La différence est qu'il ne suffit plus d'établir une cohérence locale au sein de la phrase mais une cohérence globale entre tous les éléments de l'énoncé, qui peut contenir un nombre plus ou moins important de phrases.

Cohérence globale?



Hier soir, j'ai été au resto. Qu'est-ce qu'il faisait chaud! Laurent m'avait invité. C'était vraiment bien. Il fêtait ses 30 ans. Luc lui a offert un beau cadeau. Maintenant, j'ai mal à la tête.



Que signifie établir la cohérence globale au sein de l'énoncé ?

Si on reprend l'exemple des **anaphores pronominales** (reprise d'un élément du contexte par un pronom), si Paul se demande ici qui fêtait ses trente ans, il ne trouvera pas la réponse à sa question au sein de la phrase mais dans une des phrases qui précèdent. Le pronom « il » dans la phrase « il fêtait ses 30 ans » renvoie en effet à « Laurent », cité bien avant. C'est pourquoi, on parle ici de cohérence globale et non plus locale.

Il en est de même pour les **marqueurs de cohérence**. Dans l'exemple ci-dessus, il s'agit essentiellement de marqueurs de cohérence temporels qui se trouvent au début de l'énoncé (hier soir) et à la fin de l'énoncé (maintenant). Paul devra tenir compte de tous les marqueurs de cohérence disséminés dans tout l'énoncé et bien les traiter pour pouvoir bien situer les événements dans le temps.

Au niveau des **inférences**, il faudra tenir compte également du contexte global de l'énoncé.

Quand Paul entend que Jean a mal à la tête, il devra opérer une inférence à partir de ce qu'il sait sur Paul et qu'il a stocké en mémoire : « je le connais, il boit toujours trop aux fêtes ». Mais il devra auparavant tenir compte des informations de l'énoncé qui lui permettent d'en définir le contexte global (ici : c'était une fête). Il pourra alors en déduire que si Jean a mal à la tête, c'est parce qu'il a trop bu.

Pour établir la cohérence globale, il peut s'avérer nécessaire de **remettre de l'ordre** dans l'énoncé. Dans l'exemple ci-dessus, il est plus aisé de comprendre le message dans l'ordre suivant : « ...Laurent m'avait invité. Il fêtait ses 30 ans. C'était vraiment bien... ».

Pour ne pas surcharger la mémoire avec des informations inutiles, il faut également **faire le tri** entre les informations pertinentes et celles qui le sont moins. La phrase « Qu'est-ce qu'il faisait chaud » est un élément secondaire par rapport aux autres.

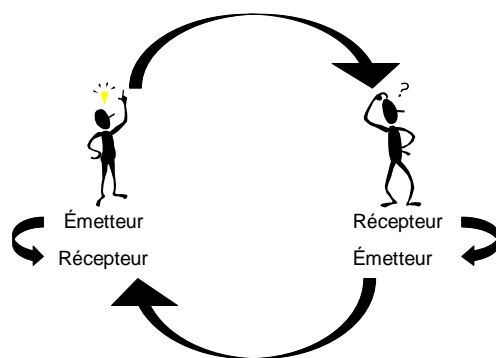
Enfin, il est indispensable d'**inhiber les pensées intrusives**. Pendant que Jean parle, Paul doit s'empêcher de penser à autre chose pour ne pas perdre le fil. Si, lorsque Jean parle de restaurant, Paul se dit que ça fait longtemps qu'il n'y a plus été, il ne pourra plus être attentif à la suite de l'énoncé. En cas de lésion cérébrale, cette capacité d'inhibition peut être altérée et empêcher la personne de suivre une conversation.

Conclusion

Nous pensons ainsi avoir fait le tour de la majorité des compétences requises pour comprendre un message. Alors que la compréhension peut sembler être quelque chose d'inné et de naturel, on a pu voir que les compétences nécessaires sont en fait nombreuses et reposent sur des processus parfois complexes et autres que langagiers.

Pour terminer notre exposé, nous nous devons de dire que si nous ne nous **sommes** intéressées aujourd'hui qu'au rôle que doit tenir le récepteur du message, ce n'était que par souci de clarté.

Communication?

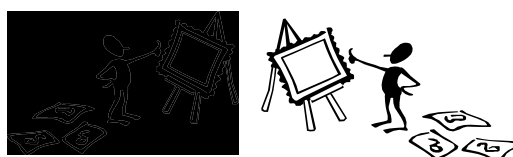


Principe de coopération

La communication, c'est avant tout un échange interactif entre deux ou plusieurs personnes qui sont amenées à jouer alternativement le rôle d'émetteur et de récepteur. Pour que le récepteur puisse décoder le message, l'émetteur doit respecter le principe de coopération, c'est-à-dire faciliter la tâche de son interlocuteur, produire un énoncé cohérent en mobilisant les mêmes compétences que celles que nous avons détaillées tout au long de notre exposé :

- maîtriser les règles de transposition lexicales et syntaxiques,
- maîtriser les principes et lois d'un ordre logique du monde
- se référer néanmoins aux données contextuelles et encyclopédiques
- s'adapter le plus possible à ses interlocuteurs

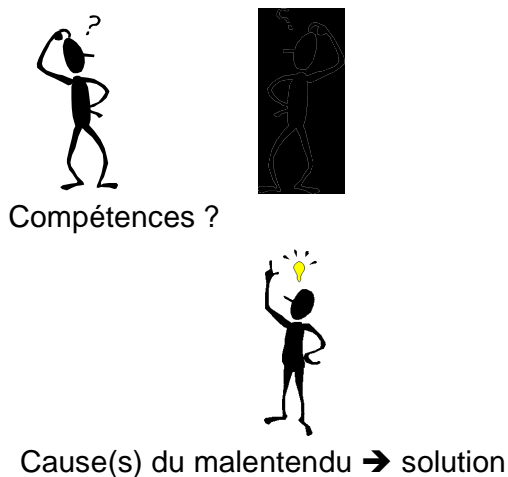
Si l'émetteur crée un message, le récepteur le recrée à partir de ses interprétations.



Cette liberté peut engendrer des malentendus sauf s'ils se tendent la main.



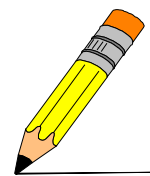
Nous en arrivons au fait que si nous comprenons mieux les compétences mises en jeu lors d'un échange, nous comprendrons mieux aussi les causes possibles des malentendus et pourrons mieux y remédier. Ce qui sous-entend que si à la suite d'une lésion cérébrale, une personne éprouve des difficultés à produire et/ou comprendre un message, son interlocuteur pourra néanmoins rendre la communication possible en compensant les déficits spécifiques qu'il aura observés chez elle et en s'appuyant sur toutes les compétences qu'elle a conservées.



Pour nous thérapeutes, il est également très important de nous pencher sur les causes des déficits observés afin de pouvoir intervenir de manière ciblée et établir un plan thérapeutique qui soit pluridisciplinaire et cohérent.



TEMOIGNAGES



Témoignage de Marie-Ange : La sophrologie et moi ...

Je n'étais pas très convaincue de commencer des séances de sophrologie, on m'a poussée, je n'y croyais pas. J'y suis allée parce que je me sentais obligée.

La première fois, je ne voulais plus y retourner, je n'en voyais pas la nécessité, je ne me sentais pas à l'aise, j'ai dû m'allonger sans bouger, avec les yeux fermés : je n'aimais pas du tout. Je ne pensais qu'à une chose : "C'est bientôt fini ?". C'était un calvaire !

J'en ai parlé à ma rééducatrice de la mémoire : "Ce n'est pas pour moi !". Elle m'a poussée à essayer de continuer. Je n'ai pas osé refuser car je ne voulais pas la contrarier et qu'elle avait peut-être raison.

Les séances suivantes ont été aussi pénibles pour moi.

Je n'aimais pas du tout de m'allonger, d'essayer de vider mon cerveau, de ne pas penser, ... C'était difficile de me détendre, de faire une image et d'y penser... Je n'aimais pas non plus penser au futur, à ce que j'allais faire dans 2 ans... moi je vis au jour le jour. Je n'aimais pas non plus les exercices de "karaté" !

Donc, j'étais plus stressée qu'autre chose !!!

Par contre, après 6 ou 7 séances, j'ai fait des exercices en position assise, je devais m'étirer la nuque, je pouvais bouger, c'était dur ... mais ce mal me faisait du bien. Je faisais aussi des exercices de respiration, au début, c'était difficile, cela me pompait beaucoup d'énergie, il fallait penser : "Inspirer - bloquer - expirer - bloquer - relâcher" : c'était vraiment compliqué malgré que c'était simple. Par la suite, j'ai pu m'apercevoir que cela venait tout seul, automatiquement. J'ai même pu le faire à la maison, le soir lorsque je me sentais stressée, dans mon lit et ... cela me faisait du bien.

Il y avait aussi l'exercice de la "bulle" : je devais m'enfermer mentalement dans une bulle. Au début, c'était difficile mais par la suite, j'y suis arrivée : je n'entendais plus les bruits de l'extérieur. Je devais essayer de m'imaginer dans une pièce avec juste le bruit tout calme d'un feu ouvert, mon chien arrivait alors dans mon esprit.

Progressivement, au son de la voix toute douce de la sophrologue, j'arrivais à me détendre, à me sentir calme.

A la fin de ces séances, je me sentais plus légère, plus décontractée, débarrassée d'un poids très lourd. Cela me faisait beaucoup de bien.

J'ai fait 2 séries de 10 séances en individuel, puis une série en groupe (mais j'étais moins à l'aise !).

En conclusion, je vous conseille d'essayer, même si au début on n'y croit pas, il faut persévérer... ne pas s'arrêter après 2 ou 3 séances. Le bien-être arrive plus tard. Après la fin de vos séances, il faut continuer tout seul en écoutant les cassettes enregistrées pour ne pas perdre les bienfaits.

Par la suite, on peut se passer des cassettes, faire certains exercices (comme la respiration) tout seul, en fin de journée, pour se décontracter et faire le vide autour de soi (ce qui est très important).

Témoignages de Jean-Pierre

Premier témoignage :

Dans le magazine de novembre 2004, les témoignages de Jacques et d'Elisabeth m'ont impressionné.

Elisabeth dit : "J'ai peur qu'elle ne s'imagine que ..." en parlant de Muriel, sa voisine, dont elle oublie souvent le nom...

Devenir paranoïaque, cela n'est rien.

Elle partage le bonheur, la joie de VIVRE avec Muriel.

Elisabeth se reconstruit ...

Personne ne peut respirer pour son voisin !

Voilà, ce que je me dis tous les jours.

Second témoignage :

Voici deux exemples de ma vie :

(1) Août 2004, ma voisine me demande si je n'ai pas une table pour dresser un buffet froid pour le mariage de son fils. Je lui ai répondu que j'allais regarder dans le dictionnaire !

(2) Septembre 2004, ma soeur était revenue de France pour le mariage d'un neveu. Au mariage, nous étions assis l'un à côté de l'autre à une table de dix personnes. Le lendemain, je lui demande: "A quelle table étais-tu assise au mariage ?".

Le 05/02/1995, j'ai une tumeur du grade 2 constatée aux cliniques St Luc de Woluwe-St-Lambert. Le 19/03/1996, j'ai été trépané à la Citadelle de Liège. Le 04/09/1996, séparation. Le 10/12/1999 : divorce. Le 09/08/2002, j'ai été à nouveau trépané à la Citadelle de Liège d'une tumeur du grade 3, puis j'ai suivi des rayons à l'hôpital Bordet. Et je suis toujours en vie. VIVRE EST MA DEVISE !

Le cérébral, je le compare à un arbre que la foudre vient de frapper (200.000 Volts). Les médecins sont là pour couper les branches et pour lui (l'arbre) permettre une cicatrisation, on le badigeonne de mastic sur les plaies (hôpital).

Et le temps de la revalidation se fait par vous, les thérapeutes, mais aussi par la famille et par les groupements (comme ReVivre). En y apposant un tuteur et une ligature pour que l'arbre puisse à nouveau vivre mais ... tous les arbres ne reprennent pas !

Après plusieurs années, le tuteur qui est en bois et enfoncé dans la terre, pourrit à sa base et ne tient plus que par la ligature, mais l'arbre ne peut pas le savoir.

L'arbre qui est libre, vit, grandit et se développe. Les intempéries le plient, le bousculent jour après jour, mais par l'intermédiaire de la ligature, il croit fermement qu'il peut compter sur son tuteur ... et il peut compter sur sa famille.

Si vous désirez témoigner à votre tour, notre magazine vous est ouvert.

*Envoyez-nous votre témoignage à
ReVivre c/o Brigitte et Jacques Ruhl
rue Bourgmestre Gilisquet 43 à 1457 Walhain-Saint-Paul*

*Si vous désirez découvrir les témoignages
d'autres personnes cérébrolésées ou de leur famille,
nous vous rappelons le fascicule
reprenant tous les témoignages parus dans notre journal depuis sa création.
Vous trouverez le bon de commande en fin de magazine.*



Martin nous écrit

LE DEUIL DE MON DEUIL

D'abord un petit mot :

Que me pardonnent les spécialistes de tous bords pour les cheveux blancs et gouttes de sueur versées inutilement afin de me faire dépasser mon AVC. Que m'excusent les professionnels qui soutiennent qu'il « faut » faire le deuil. Sans doute aurait-il été moins « vache » pour la gente médicale si, sur une souche, j'avais notifié une « prescription du deuil »

Que m'excusent ceux qui ne trouveront pas dans mes mots, dans mes maux, une façon de mieux supporter les échecs, les frustrations, les souffrances, les fractures et autres « évanouissements corporels », pas même quelques « trucs », et qu'ils me pardonnent quand, le comble, ils m'entendront me lamenter sur mon sort. Au mieux, peut-être, contribuerai-je à leur déculpabilisation ceux dont les espoirs restent bloqués sur le passé... comme moi... Merci aux collègues, professionnels et tous ceux qui ont parié sur mon retour : un remerciement sous forme de ne pas les décevoir, m'arrêter en route. Que me comprennent ceux de mes amis qui, me voyant ne pas accepter ce traumatisme m'ont vu m'aigrir plutôt que, soit supporter, soit dépasser, l'« événement ». Et surtout que m'excusent mes proches qui ont souffert de ne pas m'avoir vu y arriver. Puis enfin, que soient remerciés les trois petits qui, sans aucun discours, ont éloigné de moi les idées de l'irréparable, aidé à me sortir de ce mauvais pas, très mauvais pas, très pas, et, contre vents et marées, ont continué à me supporter, me réinstaller, « me renaître » (faire le deuil, serait-ce donc faire la vie ?), et me pardonne celle qui a perdu son temps pour ma lenteur, reçu de l'angoisse pour mon insouciance, vécu des nuits blanches pour mes nuits sous les draps blancs des hôpitaux, ...

... Et vous mes parents, tout le temps présents, qui vous excusiez presque de m'avoir mis au monde avec ce fichu angiome, plus angoissés que moi, mi-délirant / mi-présent. Merci à tous et entre autre à celui qui a simplement glissé ce livre sur la résilience, invitation à persévérer dans la remobilisation de mes ressources, ainsi que, de façon générale, tous ceux qui ont fait avancer ce rebelle du « revivre ».

Le fil du texte (« table des matières ») :

- A. Historique
- B. Avec un tableau comme ça, par où commencer ?
- C. Il fallait impérativement faire le deuil
- D. De bonnes conditions auguraient ce deuil positivement
- E. « Facile à dire mais... » (les nombreuses raisons pour lesquelles le deuil ne commençait pas)
- F. Une amorce qui se fait toute seule
- G. Marche avant – marche arrière : une balance difficile à vivre... pour tout le monde
- H. Et maintenant
- I. Conclusion

A. HISTORIQUE

1961 : Après 9 mois de baignade heureuse et protégée, je quitte cette « mer » nourricière pour commencer ce que j'appellerai 30 ans d'un long fleuve tranquille et bienheureux, insouciant. Un bain de jouvence qui culminera, avec 6 autres jubilaires, par la fête de nos trente ans. Fête de la vitalité et d'une certaine toute-puissance. Quelques mois plus tard, une marée, de sang celle-là, m'inonde le cerveau. L'hémorragie, puisqu'il faut l'appeler par son nom, aussi soudaine qu'inattendue. A peine remis de notre surprise, puis le traitement médical par embolisation à peine commencé, et enfin certains résultats en revalidation tout juste obtenus, et un second torrent déferle. Puis encore un an après, un troisième, « un peu plus petit » (vive l'optimisme). Presque au bout des embolisations salvatrices et au moment où l'angiome est quasi envolé, d'ultimes trombes rouges noient mes commandes motrices, visuelles et neuro-psychologiques (excusez du peu). Quelques mois plus tard, quand je crois les coups de massues terminés, et comme si ce n'était pas assez, on en remet une couche : l'épilepsie rentre dans la danse (danse de St Guy ?). C'était en 1997. Nous sommes en 2005. Entre les deux il y a eu les hospitalisations, la chirurgie (pas qu'esthétique), d'autres traitements, le retour à la maison, une reprise plus étendue de la vie sociale et, bien plus tard, la reprise du boulot.

B. AVEC UN TABLEAU COMME CA , PAR OU COMMENCER ?

Et me voilà donc fichu, fichu d'hémi-parésie, d'épilepsie, de problèmes neuro-psy. Comble de malchance, l'héminégligence (j'avais oublié celle-là) me fait oublier l'hémianopsie. Ici, pas question que je refuse de reconnaître les nouvelles limites de mon champ visuel. C'est « du pur involontaire » : le choc contre des objets contondants, meubles, poteaux, portes qui se « jettent » surnoisement sur mon chemin en est la pure, la dure preuve. Et il faudrait que je vive bien avec ça, que je ne sois pas chamboulé, que je ne déprime pas, que ça ne retentisse pas sur ma santé psychique ? Après vous, je vous prie. Avec toutes ces défaillances en « psie », je me referme sur moi, les sentiments font boule de neige : la tristesse car je ne suis plus comme avant : un corps démembré de ses capacités essaie de me porter, et moi de le supporter. De la tristesse découle la frustration car je sens les limites de mon champ d'action. Je suis dans un rapport inégal où la négociation est présentée comme impossible. Pour achever le tableau, l'irascibilité devient une de mes facettes dans le contact à autrui pour peu qu'on me rappelle mes limites. Dans quel camp êtes-vous ? C'est à ce moment que, « pour mon bien », on m'a parlé pour la première fois de deuil ! Horrible terme ! Insupportable mot, bouillonnement, révolte. Otez-moi ces mots de votre bouche. C'est dans ce contexte que, malgré tout, armé d'une rage de me battre, j'investis les soins à William Lennox. Ce n'aurait évidemment pas été possible sans un entourage courageux, plein d'attention, de tendresse et d'énergie, qui m'accompagnait jour après jour, seconde après seconde, visite après visite, un investissement à toute épreuve (attention portée à moi, contacts avec les médecins, poursuite de tout ce que j'avais laissé en plan à la maison et tout ce que j'étais loin d'imaginer depuis mon doux univers). Doux univers de patient où un décalage par rapport à la réalité me laissait tout le loisir d'avoir des fous-rires avec mes voisins de chambrées : déconnexion, étrange déphasage ("il pète un plomb de rire dans une situation pareille", pouvait-on penser peut-être). Mais à côté de ces moments, mes voisins me racontèrent que je passais tout mon temps à écrire, écrire dans un carnet, refermé sur moi, un univers encore plus réduit, celui-là. Ce n'était pas de la réflexion, encore moins une prise de distance, c'était des mots alignés, un débit de sentiments. Pas du recul, plutôt une rêverie mélancolique, loin d'être constructive, juste une mise en mot, juste pour moi, un soliloque de ma tristesse et de mon incompréhension : qu'il était loin cet univers, cette multitude de réalités, cette foule où j'aimais me baigner. Mais être hospitalisé n'est pas qu'être alité : il s'agit de me remettre sur pied, sur pied de guerre, il faut attaquer le plan de revalidation. Ouf, ça m'éloigne, le temps des séances, de ma nostalgie. J'avais des capacités de battant. Tant mieux pour les progrès. Les progrès dans les divers secteurs secoués m'avaient permis de réessayer

des retours progressifs, petits mais oh combien heureux, à la maison. Chaque heure était une éternité de bonheur, ma maison, un paradis retrouvé, et ses habitants des anges. Des secondes paraissaient des heures de bonheur, mais, et pour cause, les retours de l' « interne » n'en étaient que trop courts. Heureusement, on viendrait me rechercher et d'ici là, j'avais d'autres progrès à accomplir et à leur montrer, presque à leur « donner ». De toute façon, je ne devais pas attendre longtemps pour qu'on vienne me redire bonjour. Les voisins de chambre avaient de quoi être jaloux de tant d'attention. Ce n'est peut-être pas pour rien que j'ai gardé une certaine nostalgie de ces moments, cajolé comme ça ! Pourri-gâté : gare aux habitudes.

Ces jours, semaines, se succèdent dans un climat de réapprentissage des capacités quotidiennes, le tout baigné dans une atmosphère de vie sociale à revivre qui me permet, petit à petit, de revenir de plus en plus à la maison : week-end d'abord, puis semaine, puis totalement. Ce retour devenu possible, des difficultés compensées, des savoirs retrouvés, des échos positifs de cette revalidation entendus, il n'en fallait pas plus pour que mon moral revienne. Les difficultés qui réapparaissent sont autant de combats à gagner, celles non-vaincues mises au placard pour plus tard ou alors qualifiées de « pas si capitales ». En fait, je me rendrai compte plus tard que j'aurai donc reporté ce deuil aux calendes grecques. Pour me résumer : face aux difficultés, j'essaie de gagner, sinon, de compenser, et, en dernier ressort, d'effacer. Les trous de mémoire deviendraient-ils des alliés alors ? Dans ces cas, le concept de deuil me semblait incongru, gênant. D'ailleurs, je crois que dans ma tête, il n'existait pas. Si les objectifs escomptés n'étaient pas atteints, je me fermais les yeux (un peu plus, ou un peu moins...). L'important était que je me sente bien, et, faire le deuil, c'était voir la réalité. Je la vivais déjà assez comme cela pour que je doive en plus la regarder. Qu'on ne me la mette pas sous le nez, disait Cyrano, « un pic, un cap, un roc, que dis-je, c'est une péninsule... je suis assez grand pour me les servir à moi-même ». Déjà que le présent était difficile, mais on essayait de me faire comprendre que les futurs ne seraient probablement plus possibles. Je maintenais, à ce moment, une partie de la barque à flot. Le bandeau à l'œil, le capitaine et son moral étaient saufs (merci l'hémianopsie psychologique). L'eau rentrait dans sa barque mais il ne voulait pas le croire. Tout aurait été parfait... si ce n'étaient certaines incapacités bloquant ma liberté, d'autres difficultés entraînant des frustrations (« ne pars pas seul, tu vas te perdre, ne conduis pas les enfants à l'école, tu vas oublier de regarder en traversant la rue, n'utilise pas cet outil électrique, tu vas te blesser, ... »). Je progressais, bien sûr, mais plus nombreuses étaient les récupérations, plus le champ du possible s'élargissait, et plus ma gourmandise se faisait sentir. Course sans fin, d'arrêt en réapprentissage, de combat en récupération. Chaque palier était un seuil pour repartir, un treuil, puis, rebelote, échec, écueil. Dans ce dernier cas, mon caractère têtu (il y a plus d'un âne qui s'appelle Martin) me mène parfois à la négation. Je tenais à mes œillères et elles me tenaient en forme : la difficulté disparaît comme par enchantement. « Je suis le plus fort », me dis-je. Revanche après l'hémorragie en quelque sorte. Je cours bien quelques risques mais espoir et frustration ne font pas bon ménage. Toutes ces difficultés, vous me les mettez sous le nez. Laissez-moi me battre, laissez-moi ressortir, laissez-moi revenir parmi vous, comme avant, comme je l'étais, laissez-moi replonger dans ma peau de travailleur, laissez-moi retirer les plis de ma peau zébrée de soucis. Pourquoi disiez-vous que la situation avait changé ? De mon côté de la lorgnette, sincèrement je ne le croyais pas. Sans doute, cette faiblesse de conscience a-t-elle été d'une certaine façon salvatrice. Me rendre compte d'un coup de l'immensité du tremblement de terre m'aurait été fatal. Je n'étais pas fait pour voir la réalité, encore moins pour l'accepter (à chaque jour suffit sa peine : ce n'est pas pour rien que huit ans après le dernier (mais le plus gros) accident hémorragique, j'en suis encore à me cacher en partie la vérité. A l'époque, la colère ne m'habitait pas : elle m'aurait tétanisé. Par contre, j'étais habité par la tristesse. Pour finir, elle me paralysait moins car elle me situait dans un rapport au passé, passé à reconstruire. Elle fut alors un sentiment indispensable pour mobiliser une énergie que je devais absolument préserver pour me battre. La tristesse, ainsi, arrivée d'abord, me provenant de ce que le miroir me renvoyait de ce que j'étais

devenu, me mena ainsi sur le chemin de la reconstruction. Craignant devenir exclu avec ces incapacités, frustré par les interdits, anticipant la fierté pour des réalisations à venir, convaincu d'une certaine puissance, certain que tout me réussirait à nouveau comme avant, j'ai embrayé la revalidation, l'espoir à mes côtés et de l'énergie à revendre. Aller vers l'espoir nécessite-t-il de passer par le deuil ? Dans ce cas, le deuil permet l'espoir, il est l'espoir. Ou bien, l'espoir fait oublier le deuil, auquel cas, l'espoir sauterait par dessus le deuil. «On n'est pas obligé d'accepter pour faire de choses extraordinaires », disait Michel Slabbaert. L'espoir permettrait-il alors de faire l'économie du deuil, le deuil du deuil ?...

C'était sans compter avec les écueils ! ...

C. IL FALLAIT IMPERATIVEMENT FAIRE LE DEUIL

Mais il fallait impérativement tenter de faire le deuil pour différentes raisons :

1) Le niveau de vie récupéré était suffisamment bon. Ce n'était pas vraiment indispensable de vouloir plus car tout n'avait pas été perdu et une bonne partie retrouvée. Je pouvais, j'aurais pu rétablir l'équilibre, réinsérer les milieux de vie, les places étaient sauvées, avaient été «gardées au chaud». Reprendre la vie d'avant, avec des aménagements, était envisageable.

2) Parce qu'espérer plus était quasi impossible : le piège de l'utopie, c'était même parfois «casse-cou » pour moi (exemple : croire que j'étais encore capable, malgré mes mains devenues maladroites et ma vue défaillante d'utiliser un outil dangereux).

3) Ce pouvait même être une attitude irresponsable vis-à-vis des autres (exemple : quand ma responsabilité de père était engagée). Parfois, ce fut plutôt du non-respect par exemple à la maison, au boulot quand je prenais des engagements que je ne pouvais tenir et qui retombaient sur les autres, ne faisant donc que leur rajouter un poids supplémentaire), ou alors me lançant dans des aventures impossibles, voire dangereuses, les forçant alors à jouer le rôle des gendarmes qui devaient me freiner. C'était un rôle qui les rendait mal à l'aise évidemment. Oui, mon attitude rebelle, insouciant, têtue, altérait nos relations et leur place de conjoint, de collègue, de frère ou sœur et les obligeait à me mettre des limites. Etait-ce tenable ? Sortir de cet étrange tableau, m'assumer, retrouver du moral ne pouvait que leur être un merveilleux cadeau après tous les efforts qu'ils m'avaient prodigués. En quelque sorte, j'avais une dette vis-à-vis de tous ceux qui m'avaient aidé : celle de ne pas gaspiller, torpiller leurs efforts, leur persévérance, sans parler de tout ce que je leur avais fait endurer en freinant dans ma remontée. Je me devais de leur montrer qu'ils n'avaient pas perdu leur temps en pariant sur moi.

4) Car le nouvel échec était encore plus déprimant que la situation dont je voulais m'extirper. Par exemple, j'espérais être encore capable de faire un grand potager comme celui que je faisais avant mais ce n'était plus dans mes capacités, mes légumes ne poussaient pas. J'en éprouvais alors de la déprime (« j'ai un p'tit problème dans ma plantation, dit la chanson, pourquoi ça pousse pas ? J'ai alors planté des agrumes, mais les agrumes, ça pousse toujours pas »). Du coup, pour me remonter le moral ainsi que réaliser le projet de départ (le potager en lui-même), je projette alors d'en faire un plus grand : c'est évident que je ne peux que plus échouer et ça me déprime encore plus. Puis, pour effacer ce nouvel échec, j'imagine que, seul un plus beau encore, plus grand, pourra effacer ce que je vis comme un affront, et le manège recommence... escalade symétrique. «Ce ne sont quand même pas de bêtes légumes qui vont me dicter leur loi ... non mais !» : qui vaincra ? Défi toujours plus élevé pour effacer les précédents, tiercé où je jouais

toujours plus haut pour rattraper la mise mais un tiercé perdu d'avance. Deuil contre aveuglement : une autre métaphore de l'hémianopsie (il n'y a pire sourd que celui qui...).

5) Car faire le deuil, voir objectivement la réalité, me permettait parfois de voir que cette acceptation était « moins pire » que l'entêtement, de voir que la solution proposée pour parer à une difficulté n'était pas si dévalorisante. Combien de temps ne m'a-t-il pas fallu pour me rendre chez un ophtalmo car ma vue diminuait ? Puis une fois le diagnostic d'une légère presbytie tout à fait normale à mon âge établi, pour me rendre chez un oculiste chercher des lunettes que je ne devrais même mettre que pour lire ?... Le délai de prescription (6 mois) fut presque dépassé : c'est tout dire !

6) Il fallait faire le deuil pour stopper cette lamentation sur mon sort et arrêter de déprimer encore plus, plutôt que retrouver cet enthousiasme qui faisait ma personnalité, qui faisait que « je m'aimais bien ».

7) Pour éviter l'exclusion : on n'aime pas ceux qui se lamentent trop (« comment tu vas bien toi ? Moi, ça ne va pas ! »), éviter de devenir en quelque sorte un « pestiféré ».

8) Pour tenter de revivre sans stress, avec un relatif apaisement (le stress viendrait, par exemple, de la situation d'échec d'un projet).

D. DE BONNES CONDITIONS AUGURAIENT CE DEUIL POSITIVEMENT

En effet, on me disait avec beaucoup de conviction qu'en plus de ce retour à une vie sociale quasi normale, je pourrais retrouver d'autres plaisirs d'une qualité équivalente malgré ces difficultés, et puis d'autres personnes qui étaient passées par des circonstances de vie que je trouvais effectivement bien plus pénibles, avaient su passer le cap, sans se fermer les yeux, sans même vouloir oublier (par exemple, ma sœur et mon beau-frère lors du décès de leur enfant de cinq ans). Pourquoi pas moi alors, moi qui m'en sortais plutôt bien ? Mais, je n'étais pas eux !

« Je suis semblable aux amputés qui souffrent de leur membre coupé... je sais leur manque. Il ne me quitte pas. J'avais la hantise de rêver de lui et au contraire, quand cela arrive, le matin, je vais mieux (l'avoir vu, même en rêve, m'apaise). Ils s'inventent d'autres raisons de souffrir, en vain. L'absence de leur enfant dominait le reste » (Nadine Trintignant)

E. FACILE A DIRE MAIS... : Deuil-écueil

1) Le deuil était difficile car l'état précédent était ma seule référence, une référence où je me sentais bien. Le futur, par son aspect inconnu, me faisait peur. De plus, il ne pouvait qu'être moins bien, beaucoup moins bien : « nostalgie, quand tu me tiens ». Quitter un passé dont j'avais une image plus que positive, dussé-je supporter les nouvelles difficultés de ce présent, pour être catapulté dans un futur inconnu m'angoissait. Il « suffisait », il m'a suffi alors de faire, semi-inconsciemment, l'impasse sur ces difficultés pour pouvoir continuer ma vie comme avant : le moral était sauf... Cet état passé se composait de ce que je savais faire, de ce que je savais que je savais faire, de mes projets, de ma personnalité. L'hémorragie avait eu ma peau, l'hémianopsie avait occulté mon futur, l'hémiplégie avait voulu casser ma colonne vertébrale, l'épilepsie avait pris le contrôle de mes membres. Quel sentiment étrange autant qu'insupportable de sentir, de voir ses jambes, ses bras obéir à une autre force, en pleine conscience de se sentir devenir Pinochio frapper violemment le sol avec ses bras, de voir qu'à 50 cm de soi son fiston joue insouciant, sans se rendre compte heureusement, des « jeux étranges » de son papa, un être qui tente en vain, pendant de longues secondes, minutes, de reprendre le contrôle.

- 2) C'était difficile car c'était trop d'un coup. C'était tout le ciel qui m'était tombé sur la tête, et même plus. A l'intérieur, l'angiome avait fait couler le sang, laisser déferler Adès.
- 3) C'était difficile car c'était modifier un style de relation. Il a fallu beaucoup de persévérance à mes proches pour me montrer qu'au fond, les liens étaient restés les mêmes.

F. UNE AMORCE QUI SE FIT TOUTE SEULE

J'étais tombé assez bas, je ne pouvais que remonter. le temps aurait-il coulé sous les ponts ? Le sang aussi ? L'hémorragie m'aurait-elle assez fait couler de larmes, aurait-elle assez fait couler d'encre ? Parfois, j'oublie de penser au passé... D'infimes prémises de deuil apparaîtraient-elles ?

G. ET MAINTENANT

Je pense avoir trouvé mon équilibre (ou plutôt mon « déséquilibre optimalisant ») en me situant entre défi et déni, en jonglant avec les deux : « Le déni a son utilité, déclare Boris Cyrulnik, car il protège, il permet de ne pas s'effondrer ». Il me disait parallèlement que le défi pouvait aussi être un outil afin de se mobiliser. Sans doute faut-il en connaître les limites et les risques...

J'ai trouvé trois « trucs » pour ne plus trop être en deuil mais : « faire » (comme on dit) le deuil :

- le premier : penser à un autre futur, mais avec ma personnalité d'avant : pour finir, n'était-ce pas cette personnalité qui m'avait permis de tenir le coup, ce moral tout simple, où je me sentais bien, qui me mettait dans ces relations positives avec mon entourage ?
- le deuxième facteur était d'ailleurs ces personnes autour de moi avec qui je voulais retrouver les relations plus sereines d'avant, plus enthousiastes comme avant.
- et enfin un troisième moyen était l'envie de me mettre à réaliser les projets qui avaient été mis au frigo à cause de l'« accident » lui-même, ainsi qu'à cause de cette longue et difficile tentative de rééquilibrage - adaptation - acceptation, sans oublier les nouveaux projets émergés pendant cette période.

H. REcul / AVANCE : BALANCE

J'en suis encore à me demander pourquoi, quand les conditions sont réunies pour faire ce deuil, quand rationnellement j'y trouve du sens, quand j'ai envie d'embrayer, quelque chose à la dernière minute, par derrière mon dos, vient m'empêcher de le faire. Pourtant, ce n'est pas la fierté de réussir ce nouveau combat qui me manque. En passant en revue toutes les raisons possibles en termes de « Pourquoi cela m'est-il arrivé ? » ... « peut-être est-ce ? » ... « ou alors est-ce pour ? » ... « où vais-je ? », je remarque la profusion de questions que je me suis déjà posées. Et de me rappeler une interpellation faite par mes collègues au début de mon retour au boulot : « Tu sais, Martin, tu n'arrêtes pas de te poser des questions ». Elles sont l'expression de mon désarroi. Le vide de réponse (du moins me satisfaisant) me laissait absent. L'énergie investie à perte dans ces questionnements m'en bouffe mon capital. En faire l'économie en passant à la reconstruction est la seule issue. Change de lunettes !

I. CONCLUSION ? UN DERNIER PETIT MOT ?

L'avenir me le dira...

En direct ... de Djamel

Devenir handicapé physique à un jeune âge... âge pendant lequel on s'amuse, on se fait des amis, on s'épanouit ... ou simplement pendant lequel on croque la vie à pleines dents. Ce qui était mon cas jusque-là, jusqu'à ce grand problème de santé, qui inversa le cour du sens des aiguilles de l'horloge de ma vie.

Rien n'est plus comme avant, je ne suis plus celui que j'étais avant, je ne peux plus pratiquer les activités et les loisirs que je pratiquais avant. Je suis différent, et la différence fait peur, alors mes amis ne se comptent plus que sur les doigts d'une seule main, et ça aussi ce n'est plus comme avant.

Ma vie sociale n'est plus comme avant, et j'en souffre de plus en plus. Je me renferme sur moi de plus en plus, je suis passé du blanc au noir, de la lumière à l'ombre, et ça fait mal. Je suis tel un bateau qui coule, et qui attend d'arriver au fond, peut-être là le mal cessera ? Je ne supporte pas mon handicap et surtout pas cette nouvelle vie sociale.

On essaie de m'aider, car les handicapés peuvent aussi avoir des activités de loisirs, et mener une vie sociale décente et épanouie.

Pour cela, on me donna des adresses, on me poussa à entrer en contact avec de multiples associations pour handicapés, car des solutions existent. Le tout était sur un plateau, il ne me restait qu'à faire le pas en avant. Et pourtant, je ne pouvais pas, je ne le faisais pas !

En effet, pour moi, ce n'était pas aussi facile que ça. C'était plutôt un véritable dilemme cornélien. D'un côté, au fond de moi, je voulais retrouver une vie sociale épanouie comme avant. Mais en devenant différent physiquement, je me suis vite rendu compte que je n'aurais et n'exercerais plus les loisirs que j'aimais, que j'aurais difficile à garder mes amis ... à cause de cette différence.

Alors, la solution fut d'essayer de trouver de nouveaux loisirs et de les exercer à mon rythme, à ma nouvelle façon, mais aussi nouer un contact avec des gens ayant aussi un problème physique comme moi, afin de reconstruire cette vie sociale.

Mais que ce fut dur de se résoudre à cette idée ! Car d'un autre côté, et malgré mon handicap, j'avais gardé la mentalité d'une personne valide, je pensais comme avant, comme n'importe quel jeune, et comme beaucoup, j'avais pas mal de préjugés sur les "handic", comme je les appelais, et en ayant gardé la façon de penser d'avant, je croyais encore ces préjugés, qui m'empêchaient d'accepter la différence afin de m'en sortir. OUI ! Car il ne faut pas se voiler la face, car c'est une réalité de notre société, où toute différence fait peur, ce qui implique souvent des conséquences fâcheuses !

Alors que faire ? Continuer à creuser le fond pour aller plus bas ou essayer de s'en sortir en dépassant ses préjugés et en acceptant la différence ?

Moi, je voulais juste m'en sortir, mais ces préjugés m'empêchaient d'accepter ce que j'étais devenu, mais aussi d'aller en avant. Puis un jour, l'insistance de mon entourage et de ceux qui voulaient m'aider à franchir ce pas infranchissable jusque là, s'est tellement accumulée, qu'elle a fait l'effet d'un grand coup de pied que j'ai reçu au derrière !

J'ai alors pris contact puis rendu visite à des associations de loisirs pour personnes handicapées. Tous les préjugés que j'avais se sont effondrés, comme un château de cartes. C'était déjà une demi-victoire, qui m'a aidé à mieux me sentir, mais pour qu'elle soit grande ma victoire, il fallait que j'en fasse partie. Alors, je me suis inscrit dans une, puis deux, puis trois associations de loisirs pour personnes handicapées, dont je suis devenu un membre actif. Dès lors, j'ai accepté ma différence, et celle des autres, et ma vie est devenue tellement plus facile, plus agréable, et ma vie sociale est née à nouveau, tel le phénix, oiseau de feu qui renaît de ses cendres. Je suis revenu du noir au blanc.

Dans ce texte, je vais vous parler d'un coup de cœur, qui va à deux associations que je fréquente encore.

Ayant beaucoup voyagé avant mon problème de santé, je continuais à aimer ça malgré mon handicap, mais ce dernier m'empêchait de le faire seul. En plus, arrivé à un certain âge, je ne voulais plus voyager avec mes parents. Ainsi, je découvris *l'asbl Décalage*, dont je suis devenu membre.

Décalage est une association qui regroupe des personnes adultes à mobilité réduite et des personnes valides autour de voyages et d'activités de loisirs, chose qui m'a beaucoup plu. Cela favorise l'entraide, l'échange et la création de relations entre les moins-valides et les valides.

Mais aussi ce que je trouve formidable dans cette association, c'est le fait qu'elle essaie de repousser le plus possible les limites qui empêchent les moins-valides de pratiquer certains loisirs ou de faire certains voyages, mais aussi qu'elle essaie de faire limiter leurs coûts, afin que le plus grand nombre puisse y participer. A première vue, le coût des voyages paraît important, mais en réalité quand on voit l'ampleur du voyage sur place, on se rend compte vite que ce coût est minime par rapport à un voyage commercial d'une même ampleur.

Ainsi le rêve peut devenir réalité !

En ce qui me concerne, l'apogée de tout à quoi j'ai participé au sein de cette association, est sans doute mon voyage en « Egypte » au mois d'octobre 2004.

Un voyage d'une quinzaine de jours sur place, un voyage de découverte, d'environ 900 Km du nord au sud du pays, dans le sens inverse du cours du Nil, un voyage où on a visité des villes mythiques chargées d'histoire comme Alexandrie, Le Caire, Louxor, Assouan, Abousimbel. Un voyage où on a tous eu l'occasion de visiter les fameux musées, temples, tombes... même les moins-valides, grâce à l'entraide, qui est importante au sein de l'association. Ainsi, c'est formidable de voir, que les moins-valides peuvent eux aussi réaliser des voyages ou des activités de loisirs qui normalement leur sont difficilement, ou pas du tout, accessibles, ou de participer à des activités d'une ampleur plus grande que celles qu'on leur propose traditionnellement. Ce qui brise pas mal de tabous les concernant.

D'une manière générale, l'asbl Décalage essaie d'organiser des activités de loisirs ou des voyages assez variés, car on n'a pas tous les mêmes goûts ou envies.

Ainsi sur l'année, deux grands voyages de découverte à l'étranger sont organisés, l'asbl pense y rajouter bientôt un troisième, qui sera un voyage de détente en fin d'année. Mais il n'y a pas que des grands voyages à lointaines destinations. D'autres séjours moins longs et plus proches sont organisés comme, des séjours gastronomiques en France, un week-end à la mer...

En ce qui concerne les activités de loisirs, on y trouve diverses activités comme, aller passer un week-end en été à Paris afin de voir la finale du tournoi de tennis de Roland Garros, puis visiter un grand musée parisien ... ou aller au sport d'hiver, pour se donner aux joies de la glisse.

Des activités de loisirs, il y en a tant, différentes les unes des autres, susceptibles d'intéresser pas mal de monde, et qui se déroulent tout comme les voyages dans une ambiance très conviviale.

Avant de conclure, j'aimerais ajouter un dernier point concernant cette association et qui me semble assez important. L'association peut aider une personne handicapée ou sa famille, à organiser un séjour ou un voyage car l'handicap ne doit pas devenir un obstacle infranchissable.

Ayant eu toujours beaucoup d'amis et de contacts dans ma vie, ces derniers ont fortement diminués ou presque disparus, à la suite de mon handicap. A tel point que je me suis presque retrouvé seul, comme quelqu'un qui vient d'arriver d'une autre ville ou d'un autre pays, ceci était principalement dû à ma différence, à mon handicap, et comme je l'ai dit précédemment, la différence fait peur dans notre société. Refusant cette nouvelle situation, qui me poussait de plus en plus à l'isolement et au renfermement sur moi-même, choses qui ne me ressemblaient pas du tout.

J'ai pu rompre ce début de cloisonnement de ma vie, qui a commencé par l'isolement. En devenant membre des **Galopins**, groupe de jeunes de l'Association Chrétienne pour les Invalides et Handicapés (ACIH). Ce groupe jeune est une des nombreuses filiales de l'ACIH, qui dépend de la mutualité chrétienne Saint Michel.

C'est un groupe de personnes handicapées physiques adultes, qui se regroupe mensuellement autour d'activités de loisirs diverses (visites de musées, bowling, expos ...), le tout dans une ambiance très conviviale et chaleureuse.

En effet, ce groupe m'a permis de retrouver des relations amicales, ce qui m'a évité le renfermement sur moi et l'isolement total de la société. Les activités proposées au sein de cette association, sont très diverses, et financièrement accessibles à tous. Mais au-delà de ça, elles permettent aux personnes handicapées de garder un lien avec l'extérieur, avec les gens, avec la société, avec le monde, ou tout simplement avec la vie sociale.

Puis j'aimerais tirer mon chapeau à cette association, car avec des moyens limités, elle arrive à des résultats grandioses, qui ne sont pas toujours directement visibles

Pour finir, je pense qu'il y a pas mal de personnes handicapées, qui se reconnaîtront (au moins partiellement) dans mon histoire. Ou d'autres qui vivent encore mal leur isolement dû à leur différence causée par l'handicap ... alors ne vous abattez pas, faites ce pas tout comme moi. Car l'handicap quel qu'il soit, ne doit pas devenir un obstacle infranchissable.

***En attendant notre conférence du printemps 2006 sur le thème des loisirs,
nous reprenons ci-dessous les coordonnées
de quelques associations de loisirs pour personnes handicapées ...***

VOYAGES ET TOURISME

Décalage

rue du Temps des Cerises 2/272 à 1150 Bruxelles

☎ / Fax : 02 / 772 19 52

e-mail : decalage@swing.be

site internet : www.decalage.be

Horizon 2000 « Evasion pour tous »

rue François Reconnu 50 bis à 6061 Montignies-sur-Sambre

☎ : 071 / 31 27 19

fax : 071 / 31 22 79

e-mail : horizon.2000@h2000.be

site internet : www.h2000.be

ACTIVITES DE LOISIRS

Les associations de personnes cérébrolésées (Hansort, Memento, Se Comprendre, GEH, ...) organisent des activités de loisirs adaptées pour leurs membres : voir notre rubrique « Page Ouverte : les nouvelles des autres associations » en fin de magazine .

Les Biolles

Verte Voie 19 à 4890 Thimister

☎ : 087 / 44 65 05

fax : 087 / 44 53 78

ASCTR (association sportive du CTR)

Place Van Gehuchten 4 à 1020 Bruxelles

☎ : 02 / 478 48 50

Associations mutualistes

- Mutualité Libre

rue Royale Ste Marie 89 à 1030 Bruxelles

☎ : 02 / 243 98 11

fax : 02 / 242 10 95

- ASPH : Association socialiste de la personne handicapée

rue St Jean 32-38 à 1000 Bruxelles

☎ : 02 / 515 06 07

fax : 02 515 06 58

- ACIH-AAM (mouvement social de personnes malades, invalides et handicapées), Les Galopins et FéMA / ESSOR

Bâtiment Aéropolis

Chaussée de Haecht 579 / 40 à 1031 Bruxelles

☎ : 02 / 246 42 21

fax : 02 / 246 49 88

mail : acih-aam@mc.be

SOURCES D'INFORMATIONS

IDJ

« Loisirs des personnes handicapées - Bruxelles », « Bruxelles tout à loisirs », « Seniors fûtés », « Guide des sports », « Guide des langues », ...

rue au Bois 11 à 1150 Bruxelles

☎ : 02 / 772 70 20

Fax : 02 / 772 72 09

E-mail : idj@idj.be
site internet : www.idj.be

Le GUIDE du CHAISARD

Editions Parcours
En vente dans toutes les bonnes librairies ...

TOURISME EN BELGIQUE POUR PERSONNES A MOBILITE REDUITE

Par Guido Elias, Danielle Mallinus, Elvio Rigutto, Mireille Stevens et Miet Waes
Editions Touring, 2002



BRUXELLES POUR TOUS

par l'asbl Accès et Mobilité pour Tous (rue A. Renoir 5/4 à 1140 Bruxelles - ☎ : 02 / 705 03 48 -
e-mail : info@bruxellespourtous.be - site : www.bruxellespourtous.be)
Edition Parcours, 2005

TOERISME VLAANDEREN (guide bilingue pour voyageurs handicapés)

rue Marché aux Herbes, 61-63 à 1000 Bruxelles

☎ 070 / 23 30 50

e-mail : info@toegankelijkereizen.be

site internet : www.toegankelijkereizen.be

DERNIERS CONSEILS

*N'hésitez pas à parler de vos envies de loisirs avec vos rééducateurs et assistants sociaux.
Contactez votre administration communale qui organise ou centralise les activités culturelles,
sportives et associatives de votre commune.*

*Faites appel aux services d'accompagnement (notamment le Bataclan et la Braise, voir en fin
de journal).*



*L'optimisme,
c'est apprécier le parfum des fleurs
sans craindre les épines.*

Billet d'humeur de Jean-Luc

"un mot derrière l'autre"

C'est avec un plaisir certain que j'ai l'honneur d'écrire un "billet d'humeur" pour Revivre. J'espère aussi qu'il y en aura plein d'autres....

Je vais entamer mes interventions par ce qui normalement intervient à la fin de toute chose : un "remerciement" !

Il est si facile de dire merci ! D'ailleurs, un abus de "merci" finit par dévaloriser cet acte. J'écris "acte" car il s'agit bien d'autre chose que d'une simple parole, que d'un "bouche trou" anodin.

Ce mot devrait mériter définitivement plus d'égards.

Un merci intervient généralement quand on a dépassé un problème ponctuel grâce à l'intervention d'autrui : "Passes-moi le sucre ! S'il te plait ! MERCI !".

Or, nos problèmes de cérébrolésés sont, hélas, récurrents et cela peut finir par nous lasser de le dire...

Ensuite, nous avons dû ravalier si souvent notre orgueil, que nous nous octroyons ce maigre "pouvoir" de négliger ce merci.

Si cet acte (dire merci) peut nous être difficile, il ne faut jamais perdre de vue que cela a toujours "coûté" à la personne elle-même qui a rendu le service. Que ce soit physiquement (se pencher - alors qu'elle a peut-être mal au dos - pour nous tendre le sucre) ou mentalement (la personne se prive temporairement de ce foutu sucre pour celui qu'elle aide alors qu'elle en meurt peut-être d'envie) ou encore de tant d'autres manières inaccessibles par cette analogie au sucre....

Les raisons pour lesquelles, nous, cérébrolésés, pouvons omettre ce merci, sont multiples.

Si quelqu'un nous aide à un moment donné, ce n'est pas pour cela que nos difficultés cessent. Il peut donc nous être difficile - voire inopportun - de dire merci!

D'autre part, il nous est donné tant d'occasions d'avoir à demander de l'aide qu'il peut nous arriver de négliger l'un ou l'autre merci ! Nous avons beau avoir une mémoire défaillante, nous nous rappelons bien justement qu'il y a 10 minutes...

Pourtant, un merci, c'est si simple, c'est encore une des rares choses qu'on peut donner et recevoir sans être taxé sur la valeur ajoutée. (D'ailleurs, je ne vais pas trop m'étendre sur ce sujet, cela pourrait donner des idées à nos dirigeants...).

A bien réfléchir, rares sont les bons moments pour dire un merci ! Je dis bien "bons moments" car un vrai merci va au-delà de la simple reconnaissance d'avoir assouvi un besoin personnel ponctuel (de sucre) !

N'est-ce pas la raison pour laquelle on a instauré la fête des mères et la fête des pères ? Parce qu'il fallait institutionnaliser une reconnaissance à ceux qui nous ont aidés à nous épanouir pendant notre enfance !

Nous, et ceci est du à notre handicap, avons parfois des difficultés justement à trouver le bon moment, à réagir dans l'instant.

Enfin, celui qui est généralement en position d'aider est toujours en position favorable par rapport à celui qui reçoit l'aide.

A contrario, j'irais donc jusqu'à oser affirmer que c'est bien celui qui aide qui devrait, quelque part, dire merci!

Alors, moi au nom de tous ceux qui souffrent d'une lésion cérébrale, je dis:

Ce n'est peut-être pas le moment (mais pour une fois, c'est l'instant !)

Ce n'est peut-être pas l'endroit (mais alors, il en fallait pas me laisser la liberté d'écrire cette rubrique)

et je crie:

MERCI à tous ceux et celles qui nous ont soutenus et qui continuent de nous soutenir !

MERCI aux personnes qui font l'effort de comprendre nos difficultés !

MERCI à ceux qui ne se détournent pas mais affrontent nos manques avec nous!

MERCI aux professionnels de la santé, qui, d'abord, ont fait le choix peut-être parfois difficile, de s'attaquer à une affection par trop méconnue et lourde et qui ensuite, ne ménagent pas leur peine pour nous aider !

MERCI de nous donner l'occasion de nous exprimer !

MERCI à nos proches, ceux qui nous ont soutenu, nous soutiennent encore et nous soutiendront, nous leur demandons en tous cas, toujours !

et tant qu'à faire,

MERCI aussi à ceux qui nous ont tourné le dos, ne se sont pas montrés fidèles, parfois par peur, souvent par faiblesse car cela nous a permis de trier le bon grain de l'ivraie.

Et surtout que cet article ne vous dédouane pas de le dire vous-même directement et en toute conscience.

Parce que j'en connais qui apprécient les mots, un peu d'étymologie...

MERCI

I - Étymologie :

Du latin *mercedem* (accusatif de *merces*, nom féminin).

- Sens en latin classique : 1) salaire, récompense 2) revenu, rente, rapport
Domaine économique donc, que l'on trouve dans *marché*, *marchand*, mots de la même famille.
- Sens en latin populaire : prix, faveur, grâce accordée à un ennemi vaincu (l'expression *crier merci* signifie d'abord « crier rançon »).

II - Ancien français :

Le mot est féminin. On trouve les orthographes *mercit* (Chanson de Roland), *mersis*, *merchi* (Jehan Bodel)...

- Le sens étymologique de « salaire, récompense » subsiste : *merci et guerredon* (les deux mots sont à peu près synonymes, et entrent en concurrence).
- Sens de « grâce, pitié, miséricorde » :
- grâce de Dieu : *la merci Dieu*
- grâce de l'adversaire : *crier merci* = « demander grâce » + expressions : *être à la merci de / combattre sans merci / la dame sans merci* = au coeur dur, sans pitié / *l'amoureuse merci* = la faveur amoureuse
- Sens de « reconnaissance exprimée pour une faveur accordée : *votre merci* = grâce vous soit rendue
- La prière formulée pour qu'une grâce soit accordée : *vostre merci / merci* = s'il vous plaît
- D'où l'utilisation comme formule de politesse, avec le sens de « pardon, excusez-moi » ; puis de remerciement : *Dieu merci* = « grâce soit rendue à Dieu »

A partir de l'expression *grant merci* (ambiguïté de la morphologie de l'adjectif), on est passé au masculin.

III - Évolution ultérieure :

- Le sens économique est tombé, et ne subsiste indirectement que dans des mots de la famille : un *mercenaire* / *être remercié* (congrédié avec indemnité).
- Les sens de « pitié / grâce » demeure dans : *combat sans merci / être à la merci de* (on n'a pas grand chose à espérer, sinon l'éventuelle pitié de l'adversaire) / *Dieu merci* = grâce à Dieu, heureusement.
- Utilisation principale : le vocabulaire de la politesse, pour remercier, mais aussi pour refuser poliment.

Remarque : merci suppose toujours deux « actants », deux personnes en relation.

Famille : *mercier* (jusqu'au XVIème) a été remplacé par *remercier* ; *merciement* (jusqu'au XVIème) par *remerciement*.

*Il y a toujours un coin de terre où le soleil brille,
il y a toujours des endroits où la pluie est bénéfique,
soyons optimistes!*



Lu pour vous

Quand tout bascule...

par Michel Chevalet

édition Michel Lafon 2005

21 août 2001. Michel Chevalet, journaliste scientifique, a passé la journée au centre spatial de Cap Kennedy. Le téléphone sonne : la voiture de son fils Fabrice a été écrasée entre deux camions. Fabrice a survécu. Mais il reste aveugle, à demi paralysé, et souffre d'un lourd traumatisme crânien. Un jeune homme de trente-deux ans, père d'un petit garçon ! Le calvaire commence, pour lui et pour toute sa famille. Car ce genre de drame ne touche pas seulement la victime mais aussi ceux qui l'entourent. Comment lutter contre le mutisme du corps médical, l'indifférence de la justice, la lourdeur des administrations, l'insuffisance des équipements ? Comment réapprendre à vivre à un handicapé, ne pas se laisser détruire soi-même, faciliter une insertion que certains ne souhaitent pas ?

Michel Chevalet affirme qu'il existe des solutions : des médecins, infirmières, architectes, inventeurs, directeurs d'établissements spécialisés se battent pour améliorer le sort de ces êtres fracassés par la vie. Ils sont près de cinq millions en France, et personne ne doit les ignorer. Parce que ça n'arrive pas qu'aux autres. "Moi non plus, dit Michel Chevalet, je ne me sentais pas concerné. Avant ..."

Michel Chevalet a aussi créé une association "Victimes en colère" dont le site propose un manifeste contre la violence routière, détaille les droits des personnes victimes de la route et de leurs familles et présente l'actualité dans ce domaine.

Site internet : <http://www.victimes.org>

Un aller-retour

par Dominique Bromberger

édition Robert Laffont 2004

Le 1er mars 2001, le journaliste français Dominique Bromberger était victime d'un terrible accident de scooter. Heurté de plein fouet par un poids lourd, opéré une douzaine de fois, il est resté plus de trois semaines dans le coma.

Il nous rapporte aujourd'hui le récit de son séjour dans les limbes puis de son retour à la vie.

De cet aller-retour jusqu'aux frontières d'un autre monde, Dominique Bromberger a acquis la conviction que le coma n'est, en aucun cas, une absence de conscience comme on l'a souvent affirmé. Il a gardé et écrit le souvenir précis et poétique de rêves et d'hallucinations qui l'ont accompagné. D'un tel voyage, il n'est bien entendu pas revenu le même. Un document sincère, où se mêlent les éléments autobiographiques et les récits de ceux qui l'ont entouré.

Solitaire, dans le silence

par Roland Boulengier

2002

Roland Boulengier, Belge de 56 ans, était professeur de langues. Avec son épouse, il était actif dans diverses associations.

En octobre 2000, suite à un accident vasculaire touchant le tronc cérébral, il est victime du « *Locked-In Syndrome* ». Il est totalement conscient mais ne peut plus bouger, ni parler, ni manger. Ses facultés intellectuelles sont intactes mais physiquement, Roland ne peut plus que bouger les yeux.

A l'aide d'un ordinateur que Roland actionne au moyen d'un rayon laser monté sur ses lunettes, il est parvenu à décrire sa maladie dans un livre poignant, criant de vérité, sans concession, souvent avec amertume, ... mais aussi plein de réflexion, de courage et d'amour.

Voici un poème de Roland paru dans son livre :

*"Je suis coincé, paralysé et muet
dans un sombre tunnel sans fin
il n'y a nulle part de lueur
partout ce sont les ténèbres qui règnent.*

*Bouger est impossible
aussi loin que va la conscience
il ne reste plus le moindre germe d'espoir
tout disparaît dans un néant qui en dit long.*

*Mais l'esprit se rebiffe
pourquoi abandonner en pareille situation
ce n'est que le corps qui est battu.*

*Un jour il y a une petite lueur
elle vous cherche au milieu de cet immense chaos
le sauvetage vient toujours quand on ne l'attend plus".*

Ce livre est en vente au prix de 12 €. Vous pouvez le commander chez Jeannine et Roland Boulengier : ☎ : 02 / 358 43 51 ou par mail : r.boulengier@worldonline.be

Mes neurones et moi

Sciences du cerveau et questions de société

par Karin Rondia & Peter Taeymaekers 2004

A partir de douze histoires, les auteurs nous invitent à mieux comprendre ce que recouvrent les expressions telles que hyperkinésie, dépression, schizophrénie, plasticité du cerveau, maladie d'Alzheimer, maladie de Parkinson, locked in syndrom, ... Ils mettent aussi en lumière les récentes évolutions des neurosciences et de la connaissance du cerveau. De plus, en fin de chaque chapitre, ils nous proposent de poursuivre la lecture grâce à une bibliographie sélective (publications et sites). Un « abc de nos neurones », information scientifique de base sur le cerveau, complète la brochure.

Commandez cette brochure à la Fondation Roi Baudouin, rue Bréderode 21 à 1000 Bruxelles, ☎ : 02 / 511 18 40.

Consultez aussi le site internet : <http://www.mesneuronesetmoi.be/>

Loisirs des personnes handicapées – Bruxelles



Ce guide très pratique propose de nombreuses activités de loisirs, de l'atelier créatif aux séjours adaptés en passant par les clubs sportifs, pour tous les types de handicap.
En tout, plus de 200 associations vous sont proposées !
C'est une vraie mine d'idées !

Pour l'obtenir :

Soit sur place : IDJ, rue au Bois 11 à 1150 Bruxelles

Soit en envoyant votre demande (avec le nom du guide désiré et votre adresse) et 1,50 € en timbres pour les frais de port à IDJ :

rue au Bois 11 à 1150 Bruxelles

Soit en le consultant en ligne sur le site www.idj.be

Pour plus de renseignements : ☎ : 02 772 70 20, mail : ijd@ijd.be, site : www.idj.be



Guide de la Personne Handicapée

Publié par le SPF Sécurité Sociale, direction générale personnes handicapées, cet ouvrage de référence dresse l'inventaire de l'ensemble des dispositions en faveur des personnes handicapées et reprend de façon très détaillée les différentes démarches administratives liées au handicap : allocations, soins de santé, avantages fiscaux, carte de stationnement, ... en tenant compte des réformes du régime des allocations qui s'est échelonnée de juillet 2003 à juillet 2004.

Ce guide peut être obtenu gratuitement moyennant demande écrite auprès du :

SPF Sécurité Sociale

Direction générale personnes handicapées

Service de la politique des personnes handicapées

Rue de la Vierge Noire 3C

1000 Bruxelles

mail : conny.vanimpe@minsoc.fed.be

Le texte intégral de ce guide est également disponible sur internet :
<http://socialsecurity.fgov.be/guide/homepage.htm>



Pour nos nouveaux lecteurs, nous rappelons les livres présentés dans nos précédents numéros :

Aphasie : Terra Incognita

Editée par l'asbl Ensemble, groupe de cérébrolésés de Liège, cette mini-BD belge explique ce qu'est l'aphasie, quelles sont les difficultés rencontrées par les personnes aphasiques et comment nous pouvons communiquer avec elles. Ce petit livre est illustré par de grands noms de la BD (Dany, Franquin, Tibet, Van Hamme, ...). Quelques pages d'informations complètent cette BD.

Contact : asbl Ensemble - rue Naniot 267 à 4000 Liège - ☎ : 04 226 37 55

Vous pouvez aussi vous procurer cette BD au prix de 3 € auprès de la Fédération Belge des Aphasiques Francophones (Viviane Speleers, 795 chaussée de Louvain à 1140 Bruxelles ☎ / Fax : 02 / 705 36 79).

Une Autre Vie Commence

par Michel Slabbaert

Michel Slabbaert a été victime d'un accident vasculaire cérébral en juin 1998. Il décrit son parcours depuis son arrivée aux urgences jusqu'à la fin de sa rééducation. Ce témoignage est profond, vivant et criant de vérité, riche d'anecdotes, direct, sensible et poignant.

Un Temps Evanoui

par Paul Clara

A la veille de donner un nouvel essor à leur existence, Florence et Bertrand sont frappés de plein fouet par l'irruption brutale d'une tragédie : Jean, leur fils aîné, victime d'une agression à l'origine de lésions cérébrales sévères, a sombré dans un coma profond. Commence alors pour eux, aux côtés des intervenants, un dur combat douteux. Dans un marathon sans promesse d'arrivée aucune, le lecteur est amené à suivre, pas à pas, le jeune homme blessé et ses anges gardiens dans la lente reconquête d'une identité à reconstruire. Si l'action réserve des péripéties parfois pathétiques, le récit s'en tient cependant à l'éloquence naturelle d'une émotion maîtrisée.

Vous pouvez commander ce livre directement à l'auteur (La Désirade, L'Isle Bonne 29 à 5660 Cul-des-Sarts), au prix de 13 € l'exemplaire, par virement au compte n°000-3159091-92 de l'auteur.

Une aphasie vécue

par Marguerite-Marie DELEZENNE

Ortho Edition (rue Jean Jaurès 76 à 62330 Isbergues)

Marie-Marguerite Delezenne mène une vie dynamique et brillante quand survient l'accident vasculaire cérébral. Son livre témoigne de son chemin douloureux, souvent mené à tâtons : diagnostic, examens, hospitalisation, rééducation, retour à domicile ... avec comme séquelles, des troubles du langage.

Mots Tus... Maux Dits

Témoignages d'aphasiques

par D. Van Binnebeek et P. Buscchaert

Ce livre donne la parole à ces personnes qui l'ont perdue, à ces impuissants du verbe, à ces malades du silence, à ceux qui sont privés de la communication orale et écrite, qui pensent encore mais sont incapables d'exprimer leurs pensées. Les témoignages sont touchants et reflètent la grande souffrance de la non-communication, de la non-compréhension, l'isolement de l'aphasique, les difficultés de réinsertion familiale, sociale, professionnelle.

Ce livre est édité chez Nauwelaerts : rue de l'Eglise Saint-Sulpice, 19 à 1320 Beauvechain.

Emplacement réservé

par Corinne Jamar
Editions Fayard Paris, 2003

C'est l'histoire d'une maman dont la petite fille est handicapée et qui a obtenu des autorités « un emplacement réservé » pour se parquer devant chez elle aux fins de lui faciliter la vie. C'est l'histoire de son combat, jour après jour, pour faire respecter cet emplacement par les autres usagers de la route ...

L'homme qui avait perdu ses bagages

par Cathy Crimmins
Editions JC Lattès - 2002

Au cours de l'été 1996, Alan est victime d'une lésion cérébrale. Son épouse, Cathy Crimmins, raconte avec beaucoup de réalisme, de franchise, d'émotion et d'authenticité, les étapes du très long cheminement vers la « renaissance ». A travers ce témoignage, le lecteur se rend aussi compte de la force de l'amour dans ce combat pour la vie.

Le langage blessé : reparler après un accident cérébral

par Philippe Van Eeckhout
Editions Albin Michel – 2001

Philippe Van Eeckhout est logopède en France depuis près de 30 ans. Dans ce livre d'entretiens, il y décrit d'abord les origines de sa vocation de thérapeute du langage puis rapporte plusieurs témoignages poignants concernant la rééducation de personnes aphasiques, de patients plongés dans le coma ou victime du « locked-in syndrom ».

Vade-mecum des victimes

par Luc Lethé

Cet ouvrage est une mine de conseils, de propositions intéressantes, de réflexions utiles concernant les démarches à faire après un accident, les indemnisations, les procédures, les expertises, le fonds des accidents de travail, les divers types d'incapacité, de rentes, de dommages, ...

Editions Labor : quai du Commerce 29 à 1000 Bruxelles, ☎ : 02 250 06 70, fax : 02 217 71 97, site internet : www.labor.be

Premier guide de la victime

par Jean-Paul Tieleman
Editions Labor Pratique – 2001

Jean-Paul Tieleman, avocat spécialisé en droit des assurances, aborde les indemnisations en cas d'accidents de la circulation, d'accidents de la vie privée, d'accidents du travail, d'erreurs médicales et conclut sur les recours possibles contre la mutuelle.

*L'amour est un trésor pour l'âme,
l'optimisme est le soleil de la vie.*



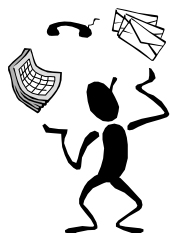
Les fascicules de ReVivre ...



Nous vous rappelons que l'association ReVivre distribue gratuitement les fascicules reprenant le texte des conférences organisées depuis 1999 :

- L'épilepsie (par le Dr Gillis)
- Les examens médicaux (par le Dr Liard)
- Les troubles de la mémoire (par P. Fery)
- Douleurs et cérébrolésions (par le Dr Gazagnes)
- L'expertise et l'indemnisation du traumatisé crânien
(par Me de Callatay)
- La rééducation des troubles de la mémoire (par F. Coyette)
- Témoignages de personnes cérébrolésées
- Aptitude à la conduite automobile et personnes cérébrolésées
(par L. Deschrijver)
- La sophrologie en neuropsychologie (par F. Pirali)
- La cérébrolésion, un deuil bien compliqué ... (par V. Vanoverskelds)

Nos fascicules sont gratuits (et notamment disponibles lors de nos conférences). Si toutefois vous voulez que nous vous les fassions parvenir par la poste, veuillez verser 3 € couvrant les frais d'envoi, au compte n°310-1390172-54.



Pour vous les procurer, trois solutions :

- vous venez les chercher lors de notre prochaine conférence
 - vous nous renvoyez le bon de commande qui se trouve en fin de notre magazine
 - vous nous les commandez par mail (revivre@skynet.be)
-

Rectificatif au résumé de la conférence
du 6 mars 2004

**Les allocations
pour personnes handicapées.**

*par Mme Marlière
de l'A.S.P.H. (Association Socialiste de la Personne Handicapée)*

Mr Arnoldy du ministère de la Prévoyance Sociale nous a aimablement communiqué le texte officiel concernant les 3 catégories reconnues par la Prévoyance Sociale. Nous vous rappelons que, dans notre article du mois de novembre 2004, nous avons, volontairement, effectué certaines simplifications des textes officiels, tout en vous demandant de vous référer, si nécessaire, aux textes originaux.

1. CATEGORIE C

La catégorie C correspond à une personne handicapée qui :

- soit forme un ménage avec une personne qui n'est pas parente ou alliée jusqu'au 3^{ème} degré
- soit a un enfant à charge.

Il ne peut y avoir qu'une seule personne "C" par ménage. Si 2 personnes ressortissant à la catégorie C vivent sous le même toit :

- le calcul de l'allocation de remplacement de revenus se fera sur base de 2 catégories B
- les abattements en matière d'allocation d'intégration se feront sur la base de 2 catégories C
- pour l'allocation pour l'aide aux personnes âgées, chacune des deux personnes se verra octroyer la moitié du montant correspondant à la catégorie C.

La notion d' "enfant à charge" a également subi une modification.

Désormais, on considère comme "enfant à charge", une personne de moins de 25 ans :

- pour laquelle la personne handicapée ou la personne avec laquelle elle forme un ménage perçoit des allocations familiales ou une pension alimentaire fixée par un jugement ou par une convention dans le cadre d'une procédure de divorce par consentement mutuel
- pour laquelle la personne handicapée paie une pension alimentaire fixée par un jugement ou par une convention dans le cadre d'une procédure de divorce par consentement mutuel.

2. CATEGORIE B

Cette catégorie est attribuée à la personne qui :

- soit ne forme pas un ménage avec une autre personne (vit seul)
- soit séjourne en institution jour et nuit depuis 3 mois au moins, sachant que, si, avant son entrée en institution, la personne ressortit à la catégorie C et si sa résidence principale ne change pas, elle continue à relever de la catégorie C.

3. CATEGORIE A

Si la personne handicapée ne relève ni de la catégorie C ni de la catégorie B, elle appartient à la catégorie A.

A méditer ...

L'histoire commence alors qu'une mère punit sa fille de 5 ans pour avoir gaspillé un rouleau de papier d'emballage de valeur de couleur or.

Comme les ressources financières étaient précaires, la mère devint encore plus irritée quand elle découvrit que sa fille avait utilisé le papier d'emballage pour envelopper une boîte-cadeau qu'elle avait déposée sous l'arbre de Noël. Quoiqu'il en soit, la petite fille offrit quand même à sa mère, le matin de Noël, le présent qu'elle avait soigneusement enveloppé dans le papier de couleur or en lui disant :

" Voici Maman, c'est pour toi ! "

La mère visiblement embarrassée par sa réaction exagérée de la journée précédente, ouvrit le cadeau pour se rendre compte que la boîte était vide. Elle parla à sa fille d'une manière rude :

" Ne sais-tu pas, jeune fille, que quand nous offrons un cadeau à quelqu'un, il doit y avoir quelque chose à l'intérieur de la boîte ? "

La petite fille en larmes répondit à sa mère :

" Oh, maman, la boîte n'est pas vide, je l'ai remplie de baisers jusqu'à ce qu'elle en soit pleine avant de l'emballer. "

La mère, complètement renversée, tomba sur ses genoux et prit sa fille dans ses bras et lui demanda de la pardonner pour les paroles dures qu'elle avait prononcées et la colère qu'elle avait exprimée.

Peu après, un terrible accident prit la vie de sa fille et il est dit que la mère conserva la boîte dorée sur sa table de chevet tout au long de sa vie. À chaque fois qu'elle faisait face à un problème difficile ou qu'elle était découragée, elle ouvrait la boîte et y prenait un baiser imaginaire en se rappelant tout l'amour de l'enfant qui les y avait déposés.



La réalité de la vie fait que chacun de nous a reçu un tel cadeau, emballé dans un papier doré. Ce cadeau est rempli des baisers et de l'amour inconditionnel de notre famille, de nos ami(e)s et de Dieu. Il n'existe aucune possession plus précieuse que l'amour.



Bon à noter ...



Service d'ergothérapie à domicile gratuit

Récemment, l'asbl Soins chez Soi, centre de coordination de soins et services à domicile, faisait naître le service gratuit de soins d'ergothérapie à domicile dans les 19 communes de l'agglomération bruxelloise. Ce service vise à maintenir la personne handicapée ou âgée à domicile dans de meilleures conditions de sécurité, d'hygiène et de qualité de vie ainsi qu'à sauvegarder l'indépendance vis-à-vis de tiers (familles, prestataires, bénévoles, ...) et une meilleure gestion de l'autonomie du patient. Il s'appuie sur l'analyse du comportement du patient dans son environnement quotidien.

L'ergothérapeute est le paramédical qui accompagne les personnes présentant des dysfonctionnements physiques ou sociaux dans le but de maintenir, d'acquérir ou de recouvrer une autonomie optimale dans leur vie personnelle, leurs occupations professionnelles ou leurs loisirs en fonction de leur potentiel et des contraintes de leur environnement. Le défi relevé par le service Ergothérapie de Soins chez Soi est de permettre aux personnes handicapées ou âgées, le réapprentissage des gestes de la vie quotidienne, un apprentissage à l'utilisation d'aides techniques et l'acceptation de l'aménagement du domicile.

Créée en 1984, l'asbl Soins Chez Soi est un centre de coordination de soins et services à domicile agréé et subventionné par la Commission Communautaire Française. Les pathologies favorisant ces demandes sont dans l'ordre décroissant : chutes, pathologies gériatriques, troubles neurologiques, problèmes orthopédiques, maladie de Parkinson, maladie d'Alzheimer, infirmité motrice cérébrale, brûlures, dépression et malvoyance.

COORDINATION DE SOINS ET SERVICES A DOMICILE

Siège social : rue de Stalle, 65 BP 4 à 1180 Bruxelles

Adresse bureaux: Rue Wansart, 12 BP 10 à 1180 Bruxelles

☎ : 02 / 428 90 44

Article paru dans « Dialogue & Santé » - juin 2005



Un numéro unique pour les personnes handicapées

Enfin ! Pour permettre aux personnes handicapées de ne plus se perdre dans les méandres de l'administration fédérale (Prévoyance Sociale), une nouvelle ligne téléphonique spéciale a été lancée (☎ : 02 / 507 87 99).

La secrétaire d'Etat aux Familles et aux Personnes Handicapées, Gisèle Mandaila (FDF), a mis sur pied un nouveau call-center afin de permettre aux personnes handicapées d'obtenir rapidement des renseignements concernant leurs droits, l'état d'avancement de leur demande d'allocation, etc. Ce numéro unique (mais pas gratuit !) est accessible en semaine de 8 h 30 à 16 h 30. Trente-deux agents volontaires (16 francophones et 16 néerlandophones) ont été spécialement formés (tant au niveau des connaissances juridiques que sur l'aspect « convivialité et empathie de l'accueil ») pour répondre aux 400 000 coups de fil adressés à cette administration chaque année sur des sujets aussi variés que : carte de parking pour personne handicapée, attestation pour les chemins de fer, allocation, réduction TVA pour une voiture,

Direction générale personnes handicapées. ☎ : 02 / 507 87 99



Un numéro vert gratuit pour les personnes handicapées

L'AWIPH (Agence Wallonne pour l'Insertion des Personnes Handicapées) met à la disposition du public un numéro vert gratuit depuis le 3/10/05.

Il apporte une écoute attentive et offre une information générale gratuite.

Il fournit une information de qualité en collaboration avec chaque service de l'Agence.

Il oriente au sein de l'Agence vers le service adéquat.

Il guide le citoyen vers les services généraux ouverts à tous, vers les services spécialisés ou vers les associations qui peuvent répondre aux besoins exprimés. Dans la mesure du possible, il précise les coordonnées d'un correspondant compétent.

Il joue le rôle de facilitateur en prenant contact avec le service concerné.

Il se fait l'écho des attentes du citoyen afin d'améliorer la qualité des services proposés aux personnes handicapées.

☎ : 0800 / 160 61 Fax : 0800 / 160 62

Le Numéro vert est accessible gratuitement tous les jours ouvrables de 8h30 à 16h30.

En dehors de ce créneau horaire ou lorsque les correspondants sont en ligne, les appels sont pris en charge par une boîte vocale. Dès que possible, l'équipe du numéro vert répond aux appels enregistrés.



Mise à dispositon de matériel informatique



L'asbl Handicapés et Informatique met à disposition des personnes handicapées du matériel informatique (PC, écran, clavier, souris) âgé de 3 à 4 ans, remis en état et équipé des logiciels de base (Windows et Office).

Ce matériel permet de faire du traitement de texte, d'utiliser un tableur, ou de se connecter à Internet (moyennant l'utilisation d'un modem non fourni).

L'asbl Handicapés et Informatique passe une convention de prêt par laquelle elle met un ordinateur complet (unité centrale, écran, clavier, souris) à la disposition d'une personne handicapée ou d'une asbl oeuvrant dans le domaine du handicap, la personne handicapée ou l'association s'engageant à utiliser le matériel dans un contexte non-commercial.

La participation aux frais de remise à neuf et d'installation s'élève à 60,50 €.

L'asbl peut également installer un modem et/ou une carte réseau supplémentaire moyennant un forfait de 121 € supplémentaires.

Le matériel est disponible dans ses locaux de Evere et de Charleroi. En cas de livraison, les frais de livraison s'élèvent à 30,25 € (Bruxelles, Liège et Charleroi) ou 60,50 € (reste de la Wallonie).

Cette offre est valable dans la limite des disponibilités de matériel.

Pour tout renseignement :

contacter David Dugnoille au ☎ : 02/ 655 54 88 du lundi au jeudi de 10 à 16h.

e-mail : : handinfo.david@advalvas.be

*Positiver chaque instant de la vie
est oeuvre d'optimisme et de succès.*

Surfons sur Internet



Un site internet belge sur l'aphasie

En novembre 2004, l'association Ensemble (groupe des cérébrolésés de Liège et environs) a lancé son site internet consacré à l'aphasie. Ce site propose notamment :

- une description détaillée de l'aphasie : symptômes, types, troubles associés, rééducation, réinsertion, ...
- une présentation du groupe Ensemble
- la naissance et le développement des associations pour personnes aphasiques en Belgique
- la présentation de la BD « Aphasia - Terra incognita »
- l'aphasie dans les autres médias (film, livre, ...)
- les coordonnées des groupes francophones pour personnes aphasiques
- la carte d'aphasique.

site internet : www.aphasia.be.tf

Un site internet canadien sur le cerveau

L'Institut des recherches en santé du Canada et l'Institut des neurosciences, de la santé mentale et des toxicomanies proposent un site très complet qui aborde 105 sujets différents traités à trois niveaux de difficulté, soit 315 pages de contenu. À cela s'ajoutent 51 capsules originales et 6 visites guidées.

Vous pouvez voyager dans ce site de 5 façons différentes

- Par thème, comme un routard avec votre bagage de connaissance au dos, vous entrez dans un thème au gré de vos intérêts. C'est l'errance avec le risque de se sentir un peu perdu, mais aussi de faire de belles découvertes.
- Comme un voyageur cultivé qui parcourt les grandes capitales. Comme vous voulez tout savoir sur un sujet, vous l'abordez au niveau débutant, puis au niveau intermédiaire, et finalement au niveau avancé.
- Comme un archéologue qui examine les différentes strates d'un site de fouilles. Les strates sont les différents niveaux d'organisation que vous pouvez creuser jusqu'au niveau cérébral, cellulaire et même moléculaire.
- Par capsules, comme un « chercheur » consultant une encyclopédie. Que ce soit l'histoire d'une discipline, les outils qu'elle utilise, les chercheurs qui la font ou les expériences marquantes qui nous aident à la comprendre, les différentes capsules constituent une mine d'informations à votre disposition.
- Par les visites guidées, en suivant notre ami Cerveau Droit qui vous fait parcourir tous les niveaux du site comme un musée. Grâce à ses trajets conçus sur mesure pour répondre à vos questions, il vous entraîne dans des labyrinthes pédagogiques dont lui seul a le secret.

Thèmes :

- Du simple au complexe : Anatomie des niveaux d'organisation et Fonction des niveaux d'organisation

- Au coeur de la mémoire : Les traces de l'apprentissage et Oubli et amnésie
- Le plaisir et la douleur : La quête du plaisir et Les paradis artificiels
- Que d'émotion : Peur, anxiété et angoisse
- Le bricolage de l'évolution : Notre héritage évolutif
- Les troubles de l'esprit : Dépression et mania-co-dépression
- Les troubles de l'esprit : Les troubles anxieux
- Le corps en mouvement : Produire un mouvement volontaire
- Les détecteurs sensoriels : La Vision
- Le développement de nos facultés : De l'embryon à la morale

site internet : <http://www.lecerveau.mcgill.ca>

Notre sélection de sites d'informations sur la cérébrolésion

*** associations belges de personnes cérébrolésées :**

LE NOYAU - Antenne Sud Luxembourg et Grand-Duché de Luxembourg

Ce site propose une explication des diverses cérébrolésions et de leurs conséquences. Il présente le rôle de l'association ainsi qu'un rappel des conférences déjà organisées et du calendrier des prochaines réunions (conférences et soirées-rencontres)

Site internet : www.sdscom.lu/lenoyau

LE GROUPE D'ENTRAIDE POUR HÉMIPLÉGIQUES - GEH

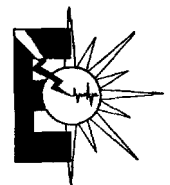
Ce site est très complet et très vaste : nouvelles récentes de l'association ou informations issues de l'actualité touchant à la personne handicapée, activités de l'association, initiatives et projets, forum de discussions, ...

Site internet : www.geh.be

LIGUE CONTRE L'EPILEPSIE

Site de la Ligue Francophone Belge contre l'Epilepsie : conférences, aide individuelle, groupes de rencontre, centre de documentation, informations, commission d'évaluation des risques liés à l'épilepsie, vie quotidienne, conseils pratiques, adresses utiles et des liens, thèmes de réflexion, ...

Site internet : <http://www.ligueepilepsie.be>



ÉPILEPSIE ... ? ET PUIS ?! - EPILEPSYSOWHAT !

Ce site créé par Kurt Vermeersch, un belge, vous propose, en 3 langues, un groupe MSN de discussions, la description des différents types d'épilepsie, des informations sur le diagnostic et les divers traitements (médicamenteux, chirurgical, ...), une rubrique « Vivre avec » (qui aborde notamment le mariage, la grossesse, la conduite automobile, ...), des questions-réponses, ... De nombreux liens sont proposés avec des sites sur l'épilepsie dans le monde entier.

Site internet : <http://www.epilepsysowhat.net>



*** associations étrangères de personnes cérébrolésées :**

UNAFTC : Union Nationale des Associations Françaises de Familles de Traumatisés crâniens

L'UNAFTC propose aussi un site très complet avec des descriptions très détaillées (mais très compréhensibles) des troubles des fonctions cognitives, des exemples concrets, des conseils.

Site internet : www.traumacranien.org

CRLC : Centre Ressources pour Lésés Cérébraux (Grenoble)

Ce site concerne le traumatisme crânien, il propose une définition, une présentation des séquelles, des témoignages, une bibliographie, les adresses d'autres sites, ...

Site internet : www.crlc-cmudd.org

INFORMATIONS SUR LES TRAUMATISES CRANIENS

Site français avec des témoignages, des dossiers (tels que les troubles du comportement, le stress post-traumatique, ...), de la bibliographie, un forum et des adresses (françaises !).

Site internet : www.webzinemaker.com/trauma_forum



INFORMATIONS SUR L'APHASIE

Site suisse proposant des questions-réponses sur l'aphasie, des articles sur la recherche scientifique, des informations sur les associations de personnes aphasiques, ...

Site internet : www.aphasie.org

VICTIMES EN COLERE

Association française créée par Michel Chevalet, journaliste, dont le fils a été victime d'un traumatisme crânien sévère. Le site propose un manifeste contre la violence routière, détaille les droits des personnes victimes de la route et de leurs familles et présente l'actualité dans ce domaine.

Site internet : <http://www.victimes.org>

Notre sélection de sites belges consacrées aux personnes handicapées

HORIZON 2000

Propose le site belge sans doute le plus complet et le plus riche. Concernant toutes les formes d'handicap, ce site est une véritable mine d'or : informations sur les associations d'entraide, sur les activités à destination des personnes handicapées (loisirs, séjours de vacances, activités culturelles, conférences, colloques, expositions, stages sportifs, ...), ...

Site internet : www.h2000.be



HANDIPLUS

Site très complet d'informations destinées aux personnes handicapées ou non, en vue de « résolument tourner le dos aux cloisonnements classiques, quels qu'ils soient », avec, en ligne, un Guide de la Mobilité.

Site internet : www.handiplus.com

HANDICAP ET AUTONOMIE

Portail d'information dans le domaine de la personne handicapée (et notamment sur les aides techniques)

Site internet : <http://wal.autonomia.org/>



Le Site des Chaisards Actifs

le guide des chaisards

CROCOS.BE est une asbl créée par des chaisards actifs et des professionnels. Sa vocation est d'améliorer la qualité de vie et l'intégration des chaisards. Son site propose diverses rubriques : accessibilité, agenda, aides techniques, bien-être, chaises, habitat, actions, loisirs, news, sports, tourisme, trucs et ficelle, ...

Site internet : <http://crococ.joueb.com/>

PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE

Le secrétaire d'Etat bruxellois en charge de la mobilité, P. Smet, propose le « Guide des transports bruxellois pour les personnes à mobilité réduite » qui contient une foule d'informations pratiques sur l'accessibilité du métro, des bus, des trams, des taxis, ...

Site internet : www.pmr.irisnet.be



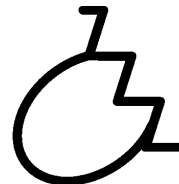
ACCESCITY BRUXELLES

La banque de données sur l'accessibilité des bâtiments ouverts au public en Région de Bruxelles-Capitale.

Site internet : <http://www.anlh.be/accescity/>

ACCES-A

Agence de Consultation, de Conseil et d'Expertise Sur l'Accessibilité
Site internet : <http://www.anlh.be/accesa>



PLAIN-PIED

Bureau d'études en mobilité piétonne et en accessibilité qui s'intéresse à l'accessibilité et à la mobilité des piétons, qu'ils soient valides ou non, enfants ou personnes âgées, ...

Site internet : www.plain-pied.org

GAMAH

Le Groupe d'Action pour une Meilleure Accessibilité aux personnes Handicapées vise à améliorer l'accessibilité aux cheminements et aux bâtiments pour toute personne dont la mobilité est réduite de façon temporaire ou permanente. Il propose différents services : « Passe-Partout » (outil de mesure de l'accessibilité par les personnes présentant un handicap moteur, visuel, auditif ou de compréhension), « Pédibus » (conseils en cheminements piétons). Il publie un magazine « Le Vilain Petit Canard » : témoignages, actualités, dossiers, dénonciations, ...

Site internet : www.gamah.be

TEKNOPLUS

Nouvel espace cyber créé par Handiplus qui propose un réseau cyber-espace, un lieu de rencontre, des initiations et formations en informatique, cours de langue assistés par ordinateur, ...

Site internet : <http://cyberespace.handiplus.com>

HANDICAPES ET INFORMATIQUE

Ce site propose des informations sur plus de 300 logiciels adaptés, sur des formations en informatique. Il offre aussi un service « helpdesk » pour personnes handicapées.

Site internet : <http://www.handinfo.be>

SOLIVAL

Informations et conseils en aides techniques et en aménagement du domicile pour personnes handicapées.

Site internet : www.solival-wallonie.mc.be

HANDICAP-TUYAUX.BE

Ce site se propose de vous simplifier la vie pour l'obtention d'aides matérielles pour un coût abordable, de vous renseigner sur les différents organismes d'aide aux personnes handicapées (AWIPH, Cara, Mutuelle, ...).

Site internet : <http://users.belgacom.net/handituyaux/>

ACIH - MUTUALITE CHRETIENNE

L'ACIH, mouvement de la Mutualité Chrétienne, propose de multiples activités (loisirs, culture, sports, vacances), aux personnes handicapées et assure la défense collective de leurs droits (accessibilité des personnes à mobilité réduite, hébergement, mise au travail, revenus...).

Site internet : <http://www.acih-aam.be>

ASPH - MUTUALITE SOCIALISTE

L'ASPH, mouvement de la Mutualité Socialiste, défend les droits des personnes handicapées dans divers domaines : handydroit, handyprotection, handy-info-aménagement, ... Il propose un journal Handyalogue.

Site internet : <http://www.mutsoc.be/asph/>

ANLH

L'Association Nationale pour le Logement des personnes handicapées assure la promotion de l'intégration sociale des personnes handicapées physiques. Ses activités concernent les logements pour personnes handicapées, les services d'Aide à la Vie Journalière, l'accessibilité, les transports, la diffusion d'informations, l'ombudsman anti-discrimination.

Site internet : <http://www.anlh.be>



DECALAGE

Association favorisant la rencontre entre personnes valides et moins valides au travers de voyages et d'activités de loisirs.

Site internet : www.decalage.be



TOUS POUR L'EMPLOI

Site Internet du Réseau Wallon des Réussites, pour l'emploi des personnes handicapées, espace de rencontre entre travailleurs et chercheurs d'emploi, qu'ils vivent ou non avec un handicap.

Site internet : <http://www.touspourlemploi.be>

HANDICAP-RELATION

Club de rencontre francophone de personnes handicapées ou valides à travers le monde entier.

Site internet : www.handicap-relation.com

LASANTE.BE

Site belge consacré à la santé qui propose notamment une rubrique « handicap » : informations, dossiers, archives et très nombreuses adresses d'autres associations.

Site internet : <http://www.lasante.be/>



FEPH

Le Forum européen des personnes handicapées a pour mission de garantir le plein accès des citoyens handicapés aux droits fondamentaux au travers de leur participation active au développement et à la mise en oeuvre politique au sein de l'Union Européenne.

Site internet : www.edf-feph.org

Organismes officiels à Bruxelles et en Wallonie

SBFPH - Service Bruxellois Francophone des Personnes Handicapées

Ce site du SBFPH propose, entre autres, la brochure « L'accueil et l'aide à la personne handicapée par la Commission communautaire française dans la région de Bruxelles Capitale », la liste des centres et services agréés ; les mesures favorisant l'emploi des personnes handicapées ; la description des missions du Service Bruxellois ; la liste de diverses associations de et pour personnes handicapées ; ...

Site internet : www.cocof.be/sbfph

AWIPH : Agence Wallonne pour l'Intégration des Personnes Handicapées

L'AWIPH propose également un site très complet reprenant ses services et de très nombreuses informations utiles.

Site internet : www.awiph.be



Direction d'administration des prestations aux personnes handicapées

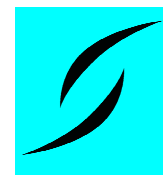
Ce site propose le « Guide de la personne handicapée », les dispositions en matière de carte de stationnement, les allocations aux personnes handicapées (description, formulaire, montants, ...), ...

Site internet : www.handicap.fgov.be

Service Public Fédéral Sécurité Sociale

Publications et informations sur la Sécurité Sociale : travail, volontariat, personnes handicapées, actualité, ...

Site internet : www.socialsecurity.fgov.be



Inami

Informations utiles sur les missions de l'Inami, son organisation et conseils pratiques.

Site internet : www.inami.fgov.be

Notre sélection de sites « malins » !

Les transports en commun bruxellois

Ce site vous permet de vous rendre en transport en commun (métro, bus, tram et train) d'un endroit à l'autre à Bruxelles. Vous y indiquez l'adresse de départ, l'adresse d'arrivée, le jour et l'heure de départ, ... Le programme vous propose le trajet idéal pour vous, avec de nombreuses précisions (temps de marche, heure de passage, plan).

site internet : www.stib.irisnet.be

Irisnet

Ce site vous propose un plan de Bruxelles très pratique, « à la porte de maison » près, c'est-à-dire, que les plans des rues sont si précis qu'ils vous permettent de savoir exactement où se trouve tel numéro de maison ! Il offre aussi un accès au BITC (Brussels Info Traffic Center) qui donne, en temps réel, l'état du trafic dans Bruxelles (bouchons, travaux, manifestations, ...). Watermael-Boitsfort, Woluwe-Saint-Pierre, Saint-Gilles, Ixelles et Schaerbeek y proposent leurs documents administratifs.

site internet : www.irisnet.be

IDJ

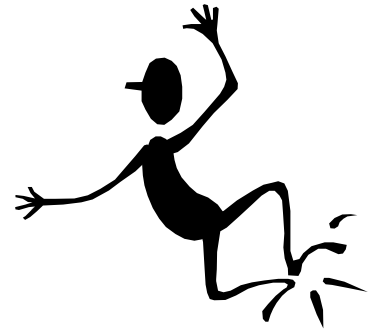
Cette ASBL propose un site très vaste consacré aux loisirs, aux formations, aux activités sportives, aux activités gratuites, ... C'est une vraie mine d'or ! On y retrouve le contenu (mis à jour régulièrement) de leurs nombreux guides. Il est aussi possible de les contacter en ligne avec des questions très précises : leur réponse est vraiment rapide et efficace !

site internet : <http://www.idj.be>



*L'optimisme sert de carapace
contre les blessures du destin.*

*Un peu d'humour
et de remue-méninges
avec Bernard B ...*



Cherchez la petite bête ...

- Le $\frac{1}{4}$ hibou
- Le casse-tort
 - Le pouce 1
- Le corps beau
 - L'ailé faon
 - 1 nez rond
 - 1 nez lent
- 1 nez cure-œil
 - Les riz sont
 - Le père O.K.
- Le cas met Léon
- Le pet lit quand ?
 - Les chats maux
 - Le mousse tique
 - La muse à règne
- Une autre ruche
 - Les 6 rondelles
 - Léo part
 - Les bises ont
- Le riz no c'est rosse
 - Est-ce cargo ?
 - O.K. π
 - T'as pire ?

... et les vôtres ?

« PAGE OUVERTE »

les nouvelles des autres associations



SE COMPRENDRE

Groupe de personnes aphasiques

**Une nouvelle permanence
du groupe « Se comprendre » à Auderghem**

La commune d'Auderghem vient de créer un « Pôle Santé » dans les nouveaux locaux du CPAS d'Auderghem avec 6 associations (« Se comprendre », Alzheimer Belgique, Baluchon Alzheimer, Inforautisme, Infor Anorexie et Boulimie, Croix Rouge).

A cette occasion, le groupe Se Comprendre a organisé le 19 octobre 2005, une conférence intitulée « **L'Aphasie : un trouble du langage mal connu !** ».

Permanence : Avenue du Papedelle 87 à 1160 Bruxelles

lundi-mardi-jeudi de 10h à 15h

☎ / Fax : 02 / 644 09 80

pour tout renseignement :

Mme Viviane Speleers

Chaussée de Louvain 795 à 1140 Bruxelles

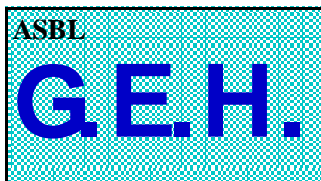
☎ / Fax : 02 / 705 36 79

GSM : 0476 / 509 555

e-mail : viviane.speleers@belgacom.net

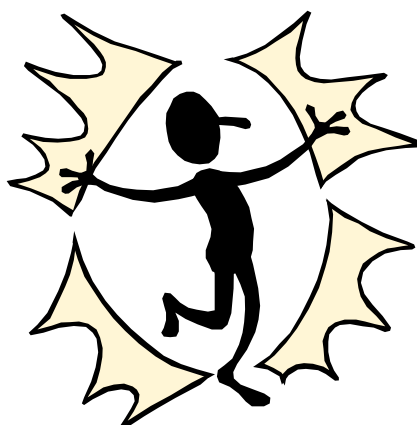
« PAGE OUVERTE »

les nouvelles des autres associations



GROUPE D'ENTRAIDE POUR HÉMIPLÉGIQUES

Le GEH vous invite
à sa soirée de gala avec le spectacle « désopilant » de



Paolo Doss « Rêves d'Ange Heureux »

Au menu : bonheur, détente et franche rigolade !

le samedi 29 octobre 2005 à 19 h
chez Axa « A tout cœur »
Boulevard du Souverain à Auderghem

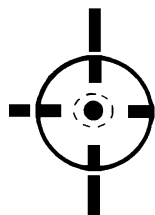
A l'entracte : toasts et sandwiches

Pour tout renseignement, contactez :

- ☎ : 010/ 81 68 46, 010/ 22 64 06 ou 010/ 84 03 83
- e-mail : g.e.h@scarlet.be
- site Internet : <http://www.geh.be>

« PAGE OUVERTE »

les nouvelles des autres associations



LE NOYAU a.s.b.l.

Association de Familles et de Personnes Traumatisées Crâniennes ou Cérébrolésées
Antenne Sud Luxembourg & Grand-Duché de Luxembourg

Prochaine conférence

samedi 12 novembre 2005

Auditorium de la Clinique St Joseph à Arlon

1^{er} étage - 137 rue des Déportés - Parking de la clinique gratuit

Traumatisme crânien : impact au quotidien !

Programme

- 13H15 **Accueil**
13H30 **Témoignages**
14H00 **Syndrome frontal et fonctions exécutives dans le traumatisme crânien**
Professeur Thierry MEULEMANS
Unité de Neuropsychologie - Département des Sciences Cognitives
Faculté de Psychologie - Université de Liège
15H30 **Mesures de protection juridique de la personne cérébrolésée**
Maître Vincent WAUTHOZ
Avocat au barreau d' Arlon
16H30 **Questions - Réponses et verre de l'amitié**

Vous pouvez signaler votre participation par téléphone, courrier ou E-mail

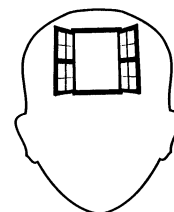
AFTC Le NOYAU asbl - Antenne Sud Luxembourg et Grand-Duché de Luxembourg
1 rue des Potelles à 6747 Saint-Léger

Mme CHAMPAGNE ☎ : 063/ 23 94 72 - Mme FINCOEUR ☎ : 061/ 31 16 60
Melle THOMAS ☎ : 063/ 22 93 85 - Mme KOEDINGER ☎ : 352/ 021 167 349
mail: nicole.bleret@skynet.be - site internet : www.sdscom.lu/lenoyau

« PAGE OUVERTE »

les nouvelles des autres associations

Memento



Memento vous convie à son événement-phare de l'année 2005,
sponsorisé par le Rotary :



Concert de la chorale « ***La Choraline*** »

*Chorale de 50 jeunes choristes et 10 musiciens
Spectacle de 100 chansons françaises du 20^{ème} siècle
en 10 mouvements*

Le samedi 26 novembre 2005 à 19 heures
Eglise des Minimes
Rue des Minimes à Bruxelles (Sablon)

Pour tout renseignement, contactez :

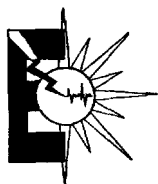
☎ J.-M. Bourgoignie : 02 / 672 60 48

Fax : 02 / 673 19 16

Mail : jmbourgoignie@tiscali.be

« PAGE OUVERTE »

les nouvelles des autres associations



LIGUE FRANCOPHONE BELGE CONTRE L'ÉPILEPSIE A.S.B.L.

Pour son 50ème anniversaire,
la Ligue Belge contre l'Epilepsie organise un symposium

"Epilepsie en 2005"

le samedi 26 novembre 2005
au Musée du Cinquantenaire à Bruxelles.

La journée est ouverte à tous
(personnes concernées, entourage, grand public, professionnels du secteur psycho-
médico-social)
et abordera l'épilepsie
sous ses aspects les plus divers : vie quotidienne, traitements, services proposés par la
Ligue, historique en Belgique, perspectives, développements scientifiques,
en collaboration avec la *Vlaamse Liga tegen Epilepsie* et des intervenants étrangers.

Un système de traduction est prévu.

PAF : 5 €

L'inscription est obligatoire.

Pour plus d'informations :



Ligue francophone Belge contre l'Epilepsie asbl
Avenue Albert 135
1190 Bruxelles

☎ : Anne Discart : 02 / 344 32 63

e-mail : epilepsie.lfbe@skynet.be

site internet : www.ligueepilepsie.be

« PAGE OUVERTE »

les nouvelles des autres associations



La Braise vous invite
à sa journée d'étude sur le thème :

**Qualité de vie
et lésion cérébrale acquise.**

le samedi 9 décembre 2005
de 9h à 16h30 à Anderlecht

Objectif :

Approcher la notion de qualité de vie à long terme après un accident cérébral
du point de vue de la personne, de ses proches et des professionnels.

Dégager des pistes pour améliorer la qualité de vie.

Ces sujets seront développés par des orateurs français et belges.

Le programme définitif sera disponible début novembre

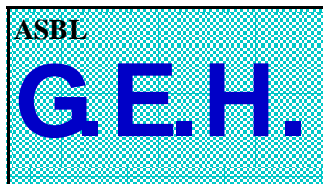
pour toute information : contacter La Braise :

☎ : 02 / 523 04 94

mail : La.Braise@skynet.be

« PAGE OUVERTE »

les nouvelles des autres associations



GRUPE D'ENTRAIDE POUR HÉMIPLÉGIQUES

A vos bouchons !!!

Par esprit de solidarité, le GEH se propose de collecter des bouchons en plastique (bouteilles d'eau, de limonade, ...), une fois collectés, ceux-ci sont vendus à une société liégeoise par Patrick J (sympathisant GEH).

L'argent récolté sera destiné à l'achat de chaises roulantes de compétitions pour les sportifs handicapés.

Vous pouvez apporter les bouchons lors des réunions ou à l'antenne GEH la plus proche de votre domicile.

Parlez-en autour de vous !

Voici un chouette projet qui ne vous coûte rien, évite un gaspillage inutile, contribue à diminuer la pollution, ... Bravo le GEH !

Pour tout renseignement, contactez :

- ☎ : 010 / 81 68 46
- e-mail : g.e.h@scarlet.be
- site Internet : <http://www.geh.be>



Le GEH recherche des témoignages



Dans le cadre de la réédition de son « guide de la reconduite automobile », le GEH est à la recherche de l'un ou l'autre témoignage (quelques lignes suffisent) concernant :

- votre critique positive ou négative du guide : son utilité, sa conception, ...
- vos avis sur les adaptations éventuelles de votre véhicule ou sur votre « parcours du combattant » pour pouvoir reconduire.

Les témoignages doivent impérativement être en rapport avec un des aspects évoqués dans le guide.

Le GEH a convenu (contractuellement) avec l'Awiph que la réédition des 3000 exemplaires de ce guide sorte pour fin novembre au plus tard, c'est-à-dire que s'il veut être dans les temps (rédaction et impression), il espère recevoir vos témoignages (avec mention de votre nom, sauf si vous ne le désirez pas) sans trop tarder. Vos témoignages sont à envoyer à :

GEH – route de l'Église Saint Pierre 27 à 1390 Grez-Doiceau – mail : g.e.h@scarlet.be

« PAGE OUVERTE »

les nouvelles des autres associations



SE COMPRENDRE

Groupe de personnes aphasiques

- Secrétariat :

Mme Viviane Speleers

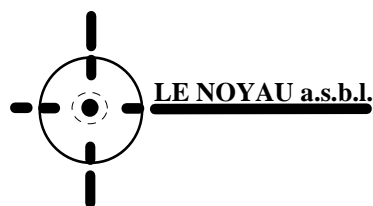
Chaussée de Louvain 795 à 1140 Bruxelles

☎ / Fax : 02 / 705 36 79 GSM : 0476 / 509 555

e-mail : viviane.speleers@belgacom.n et

- Permanence : Avenue du Papedelle 87 - 1160 Bruxelles : lundi-mardi-jeudi de 10h à 15h - ☎ / Fax : 02 / 644 09 80

- Réunions : tous les 2^{ème} et 4^{ème} mercredis du mois de 17 h 30 à 19 h 30, aux Pléiades, Avenue du Capricorne n°1a à 1200 Woluwé-St-Lambert



LE NOYAU

- **Région Wallonne**

Allée de Clerlande, 6 à 1340 Ottignies

Pour plus de renseignements, contactez Mr Ph. Palate au ☎ : 010 / 43 02 36

- **Antenne Sud Luxembourg et Grand-Duché de Luxembourg**

Soirées-Rencontres organisées pour les familles et les personnes traumatisées crâniennes, chaque premier lundi de chaque mois (7 novembre 2005 et 5 décembre 2005), à 20 heures, à l'école communale du Galgenberg, rue de Neufchâteau à 6700 Arlon (entrée située en face de la gendarmerie – parking sur la cour de récréation).

Conférences : le samedi 12 novembre 2005 (voir page 82)

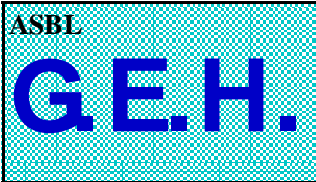
Pour plus de renseignements, contactez :

Mme C. CHAMPAGNE ☎ : 063 / 23 94 72

Mme N. KOEDINGER ☎ : +352 / 021 167 349 (G-D de Luxembourg)

Mme N. BLERET nicole.bleret@skynet.be

ou visitez le site Internet : www.sdscom.lu/lenoyau



GRUPE D'ENTRAIDE POUR HÉMIPLÉGIQUES

Le GEH organise régulièrement des rencontres, des conférences, des excursions et édite un journal rempli d'informations utiles.

Les **Réunions-Rencontres** du GEH ont lieu un mercredi par mois, à 14 h au centre William Lennox, 6 allée de Clerlande à 1340 Ottignies.

Prochaine activité :

- 29 octobre 2005 : soirée Paolo Doss (voir page 81)

Pour toutes informations complémentaires, contactez :

- ☎ : Thierry Carrière : 010 / 81 68 46
- 2 antennes pour Bruxelles et sa région :
 - Geneviève Dillen, Openluchtveld, 5 à 1701 Itterbeek ☎ : 02 / 567 04 28
 - France et Christian Patte-Lizon, avenue de la Basilique 1/9 à 1082 Berchem-Ste-Agathe ☎ : 02 / 465 66 20
- e-mail : g.e.h@scarlet.be
- visitez le site Internet : <http://www.geh.be>



HANSORT

Groupe d'amis valides ou non valides, organise des activités de loisirs : visites, restaurants, ...

Prochaine activité d'Hansort :

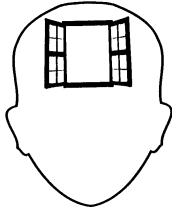
- 26 novembre 2005 : restaurant italien

Pour tout renseignement, contactez :

Geneviève Dillen, Openluchtveld, 5 à 1701 Itterbeeck ☎ : 02 / 567 04 28

Au sein de l'association Hansort, nous vous signalons l'existence du groupe « **Causette** », groupe de discussion pour personnes aphasiques.

Pour plus d'informations, contactez Liliane D'hainaut au ☎ : 02 521 71 44.



MEMENTO

L'asbl Memento organise chaque mois de nombreuses activités (rencontres, visites, excursions, goûters, ...) pour personnes cérébrolésées adultes et autonomes présentant des troubles de la mémoire et/ou de l'attention.

Une **réunion-rencontre-goûter** se déroule tous les premiers lundis du mois.

Prochaines activités :

- 26 novembre 2005 : chorale « La Choraline » (voir page 83)
- 18 décembre 2005 : dîner de Noël
- 26 janvier 2006 : goûter crêpes

Pour tout renseignement, contactez :

☎ J.-M. Bourgoignie : 02 / 672 60 48 Fax : 02 / 673 19 16
Mail : jmbourgoignie@tiscali.be

En Région Flamande :

VZW COMA

Nationaal secretariaat : Brouwerijstraat, 32 à 9940 Evergem

☎ / Fax : 09 / 253 05 56

F.V. COMA Brabant :

Secretariaat : Breeus Guido, Kapelberg, 40 à 3001 Heverlee

☎ / Fax : 016 / 20 02 15



SERVICES D'ACCOMPAGNEMENT



la Braise

LA BRAISE

56 rue de la Vigne
1070 Bruxelles

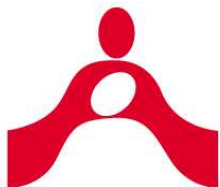
☎ : 02 / 522 20 03
(permanence : lundi et vendredi : 9h à 10h30, mercredi : 13h à 15h)
Fax : 02 / 521 65 55
e-mail : La.Braise@skynet.be



LE BATACLAN

rue général BERNHEIM 31
1040 Bruxelles

☎ : 02 / 646 30 13
Fax : 02 / 646 07 28
e-mail : bataclan@swing.be
Site internet : <http://users.swing.be/bataclan>

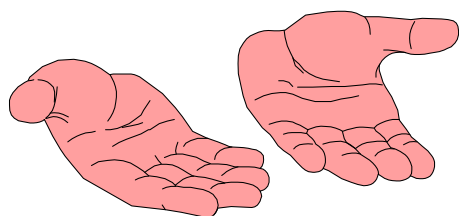


Fondation
travail et santé

FONDATION TRAVAIL ET SANTE

Rue Berckmans 148 à 1060 Bruxelles

☎ : 02 / 534 26 81
Fax : 02 / 534 55 80
e-mail : travail.sante@misc.irisnet.be
Le service est ouvert du lundi au vendredi, de 8 heures 30 à 17 heures.



Ce magazine est le vôtre ...

*Nous essayons sans cesse de l'étoffer
et de l'enrichir de nouvelles rubriques !*

*Mais nous avons besoin de vous :
faites-nous parvenir
vos impressions, vos commentaires, votre avis,
vos désirs, vos suggestions,
vos coups de joie ou de gueule,
vos témoignages,
vos idées, vos questions !*

Nous espérons de tout coeur rencontrer vos attentes.

Merci d'avance !

*Brigitte, Marie-Ange, Djamel, Jean-Luc,
Bernard, Françoise et les autres ...*

Contactez-nous !

Revivre

chez Brigitte et Jacques Ruhl

rue Bourgestre Gilisquet 43

1457 Walhain-Saint-Paul

mail : revivre@skynet.be





Bon de participation
à la conférence du 5 novembre 2005

Nom : Prénom :

Adresse :
.....

Téléphone : GSM :

Nombre de personnes m'accompagnant :

Je désire une aide pour le transport : OUI – NON

à renvoyer à

Revivre chez Brigitte et Jacques Ruhl

*par courrier : Rue Bourgmestre Gilisquet 43
1457 Walhain-Saint-Paul*

par mail : revivre@skynet.be



Bon de participation
à la réunion de discussion du 10 décembre 2005

Nom : Prénom :

Adresse :
.....

Téléphone : GSM :

Nombre de personnes m'accompagnant :

Je désire une aide pour le transport : OUI – NON

à renvoyer à

Revivre chez Brigitte et Jacques Ruhl

*par courrier : Rue Bourgmestre Gilisquet 43
1457 Walhain-Saint-Paul*

par mail : revivre@skynet.be



Bon de participation
à la conférence du 28 janvier 2006

Nom : Prénom :

Adresse :

.....

Téléphone : GSM :

Nombre de personnes m'accompagnant :

Je désire une aide pour le transport : OUI – NON

à renvoyer à

Revivre chez Brigitte et Jacques Ruhl

*par courrier : Rue Bourgmestre Gilisquet 43
1457 Walhain-Saint-Paul*

par mail : revivre@skynet.be



Bon de participation
à la réunion de discussion du 18 février 2006

Nom : Prénom :

Adresse :
.....

Téléphone : GSM :

Nombre de personnes m'accompagnant :

Je désire une aide pour le transport : OUI – NON

à renvoyer à

Revivre chez Brigitte et Jacques Ruhl

*par courrier : Rue Bourgmestre Gilisquet 43
1457 Walhain-Saint-Paul*

par mail : revivre@skynet.be



Bon de commande
des fascicules gratuits édités par ReVivre

Nom : Prénom :

Adresse :

.....

Téléphone : GSM :

Cochez le (ou les) fascicule(s) désiré(s) :

- L'épilepsie (par le Dr Gillis)
- Les examens médicaux (par le Dr Liard)
- Les troubles de la mémoire (par P. Fery)
- Douleurs et cérébrolésions (par le Dr Gazagnes)
- L'expertise et l'indemnisation du traumatisé crânien
(par Me de Callatay)
- La rééducation des troubles de la mémoire (par F. Coyette)
- Témoignages de personnes cérébrolésées
- Aptitude à la conduite automobile et personnes cérébrolésées
(par Luc Deschrijver)
- La sophrologie en neuropsychologie (par F. Pirali)
- La cérébrolésion, un deuil bien compliqué ... (par V. Vanoverskelds)

Participation aux frais : 3€ par envoi à verser au compte n°310-1390172-54

à renvoyer à

Revivre chez Brigitte et Jacques Ruhl

*par courrier : Rue Bourgmestre Gilisquet 43
1457 Walhain-Saint-Paul*

par mail : revivre@skynet.be