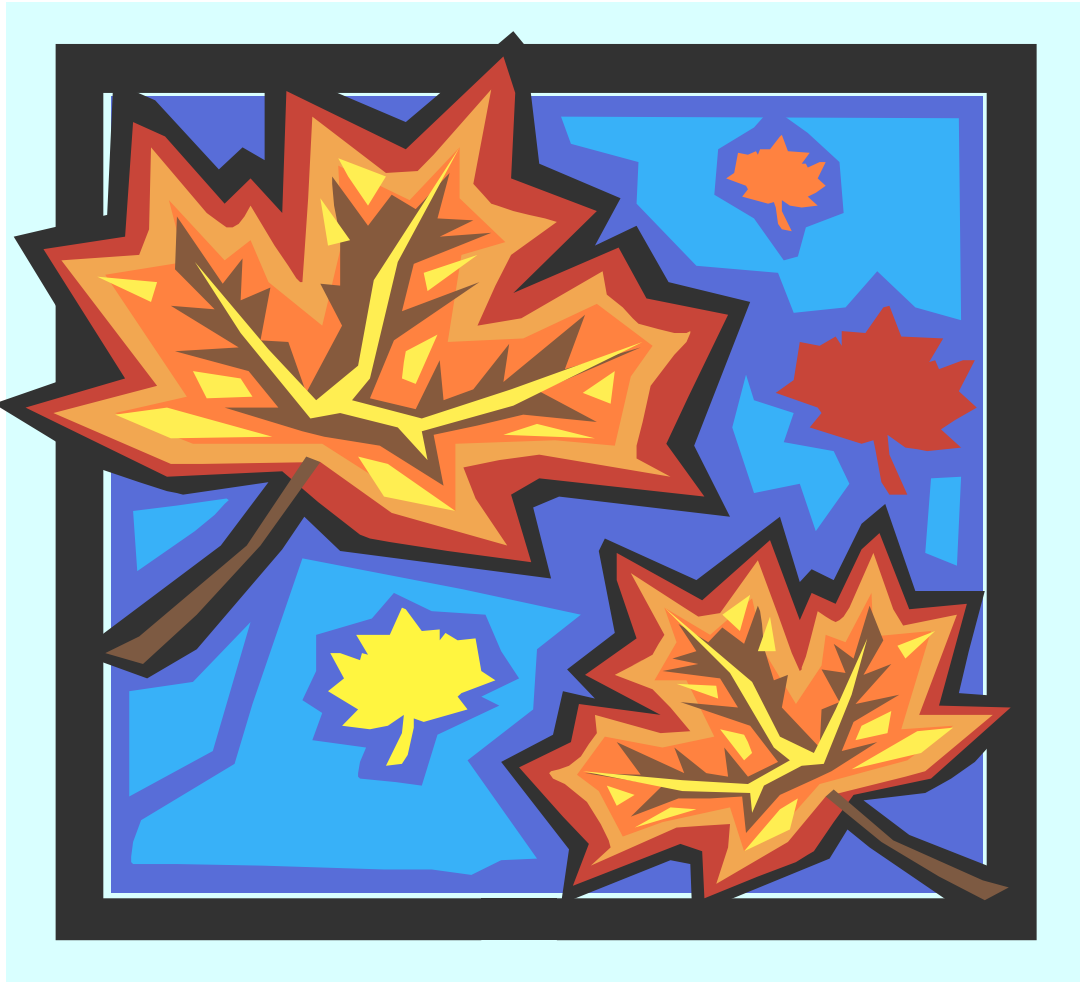




LE MAGAZINE - TRAIT D'UNION -

Association de personnes cérébrolésées, de leurs familles et des aidants



Novembre 2006

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
✓ Remerciements	5
✓ A vos agendas : nos prochaines conférences et réunions de discussion	6
✓ Témoignages	12
✓ Un mot derrière l'autre	17
✓ En direct ... de Djamel	19
✓ Résumé de notre conférence : « Les troubles attentionnels et leur rééducation »	20
✓ Des euros, des euros !!!	31
✓ Le train ...	32
✓ Lu pour vous	33
✓ Vivre avec le syndrome de Korsakoff	39
✓ Vivre avec un traumatisme crânien	40
✓ Les fascicules de ReVivre	41
✓ Bon à noter	42
✓ Internet pour tous	43
✓ Formations en informatique	44
✓ Ma commune sur la bonne voix	46
✓ Surfons sur Internet	47
✓ A méditer	54
✓ Page ouverte : les nouvelles des autres associations	55
✓ Les services d'accompagnement	62
✓ Contactez-nous !	63
✓ Bons de participation aux conférences et réunions de discussion	65
✓ Bon de commande des fascicules « ReVivre »	71
✓ Attention !!! A remplir si vous désirez recevoir les prochains magazines	73

Bonne lecture !



EDITORIAL

POUR FAIRE PLUS ET MIEUX, l' asbl ReVivre recherche des collaborateurs et collaboratrices.

Madame, Monsieur,

Voilà plus de 6 ans que les membres bénévoles de ReVivre s'engagent et accomplissent leurs tâches avec le succès que vous appréciez.

Grâce à leur travail, les personnes cérébrolésées, leur famille et les aidants reçoivent le magazine et les brochures d'information, assistent aux conférences, se rencontrent et partagent leur vécu.

Nos réalisations répondent vraiment aux besoins des intéressés qui trouvent chez nous un créneau d'information et de partage d'expérience qu'ils ne trouvent pas ailleurs.

Mais, nous voulons faire plus et mieux, passer à la vitesse supérieure. Nous sollicitons donc votre aide et votre collaboration.

Nous souhaitons votre soutien dans plusieurs domaines, selon vos désirs et vos compétences. Néanmoins, voici quelques orientations vers lesquelles nous souhaitons aller :

1. Améliorer la communication vers les familles, la discussion et l'échange, notamment par la création d'un site internet.
2. Aider à la rédaction des journaux et des publications. Rechercher des témoignages, des thèmes de conférences, des sujets d'articles, ... Participer aux tâches d'envoi et de distribution des magazines.

3. Permettre la réalisation de nos projets par la récolte de fonds (mécénat ou sponsoring) et de subsides. Prendre contact avec le secteur privé et public.
4. Aider à l'organisation pratique des conférences (préparation de la salle, accueil des participants, ...).
5. Au sein du comité d'organisation, assurer des tâches de coordination d'équipe, de trésorerie ou autre.

Nous avons besoin de vous et c'est avec plaisir que nous aimerions partager nos engagements lors des prochaines réunions du comité d'organisation qui ont lieu une fois par mois, en soirée.

Nous sommes à votre disposition pour toutes informations complémentaires. Voici les n° de téléphone de quelques bénévoles de ReVivre :

Bernard DENEYER	0476 65 92 46
Brigitte SAMAIN	02 284 20 80 (mardi, mercredi et jeudi de 10 h à 16 h)
Valérie CHAVET	02 216 77 62
Françoise COYETTE	02 764 17 75 (entre 18 h et 21 h)
Catherine COLSON	0486 60 07 35

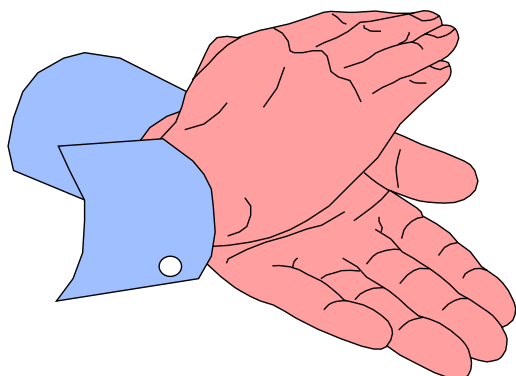
Dans l'attente d'une réponse positive de votre part, nous vous remercions de votre attention et vous prions de croire en l'assurance de notre sincère considération.

Bernard Deneyer

PS : Afin que nous puissions mettre à jour notre « carnet d'adresses », nous vous prions de nous renvoyer le talon que vous trouverez en fin de journal. L'objectif est aussi de réduire les frais d'envoi en envoyant notamment le journal par mail à ceux qui le désirent. Attention, sans nouvelles de votre part, ce journal sera le dernier que vous recevrez !

« Où que tu ailles, vas-y avec le cœur. »

Remerciements



Le 12 juillet dernier, le secrétariat de ReVivre reçoit un mail. La lecture nous en réserve une énorme surprise : nous recevons un don de 280 € ! Merveilleux, fantastique... mais qui nous fait une telle faveur et pourquoi ?

Le Papa de Madame Pouchous a eu un AVC en novembre 2005, il a été soigné à Erasme et s'en « sort » bien. C'est à Erasme que Monsieur Pouchous et sa fille ont fait la connaissance de notre Association. C'est là qu'ils ont apprécié notre existence et comme Madame Pouchous est une sportive, elle décida de s'inscrire aux 20 kilomètres de Bruxelles du 28 mai dernier et de sponsoriser sa course au profit de deux Associations dont ReVivre . Courir ces 20 kilomètres n'est pas une mince affaire, c'est une épreuve dure, difficile. Bruxelles n'est pas aussi plat que certains voudraient le laisser entendre et puis il y a le tunnel Montgomery avant d'atteindre l'arrivée au Cinquantenaire !

Pour tous ces efforts Madame Pouchous a récolté 280 € qu'elle nous donne. Cet argent nous permettra d'imprimer quelques milliers de feuilles d'informations destinées aux cérébrolésés et à leur famille.

Nous vous remercions de tout cœur, Madame Pouchous, votre générosité, votre courage, votre voix souriante nous font un bien énorme, nous motivent encore plus. Nous vous sommes très reconnaissants pour ce geste désintéressé.



Tous à vos agendas !!!

Notre première conférence
ReVivre

« Séjours et voyages ouverts aux personnes cérébrolésées »

Différentes associations viendront présenter leurs projets,
des personnes témoigneront de leur expérience
et vous pourrez leur poser toutes vos questions,
que vous convoitiez une destination proche ou lointaine

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

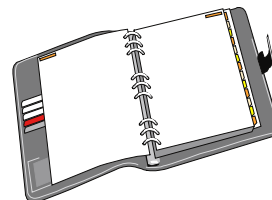
*Nous remercions particulièrement Kiwanis Iris
pour leur soutien à l'organisation de cette conférence.*

Nous vous attendons tous,
personnes cérébrolésées et familles,
le samedi 9 décembre 2006 à 10 h
au CTR

Renseignements pratiques concernant
notre prochaine conférence
du samedi 9 décembre 2006 à 10 h

Adresse :

Hôpital Brugmann
Place Van Gehuchten 4
1020 Bruxelles



Parking :

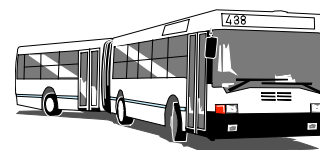
- gratuit situé devant l'hôpital
- payant situé dans l'enceinte de l'hôpital

Pour les personnes en chaise roulante :

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

Si vous utilisez les transports en commun :

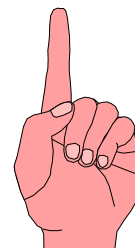
- soit métro ligne 1 A, direction « Roi Baudouin » : arrêt aux stations Houba-Brugmann ou Stuyvenberg
- soit bus 89 ou 53, arrêt H Brugmann
- soit tram 18, arrêt H Brugmann
- soit tram 19, arrêt De Greep



***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 2/12/2006,
le bon de participation
que vous trouverez en page 65.

Merci !





Tous à vos agendas !!!

Notre seconde conférence
ReVivre

Mme Gazagnes,
neurologue

**« Prise en charge
et prévention de l' AVC aigu »**

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

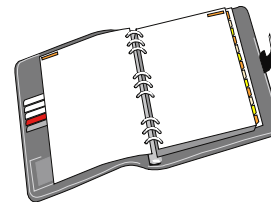
*Nous remercions particulièrement Kiwanis Iris
pour leur soutien à l'organisation de cette conférence.*

Nous vous attendons tous,
personnes cérébrolésées et familles,
le samedi 3 février 2007 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 3 février 2007 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 :

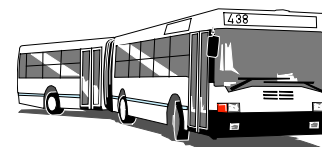
- gratuit situé devant l'hôpital
- payant situé dans l'enceinte de l'hôpital

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 24/1/2007,
le bon de participation
que vous trouverez en page 67.

Merci !





Tous à vos agendas !!!

Notre réunion de discussion

*Le 3 mars 2007, suite à la conférence du mois précédent,
nous vous invitons à une*

**réunion de discussion
sur le thème des AVC.**



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 leur soutien à l'organisation de cette conférence.*

Nous vous attendons tous,
personnes cérébrolésées et familles,

le samedi 3 mars 2007 à 14 h 30

**Bibliothèque, Pavillon N, Département médico-technique de la
réadaptation neurologique (juste en face du CTR)**

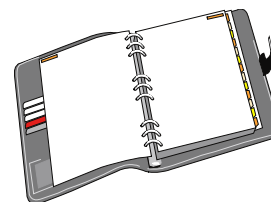
Hôpital Brugmann,

place Van Gehuchten à 1020 Bruxelles

Renseignements pratiques concernant
notre réunion de discussion
du samedi 3 mars 2007 à 14 h 30

Adresse :

Hôpital Brugmann
Bibliothèque
Pavillon N
Département médico-technique de la réadaptation neurologique
(juste en face du CTR)
Hôpital Brugmann,
Place Van Gehuchten 4
1020 Bruxelles



Parking :

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

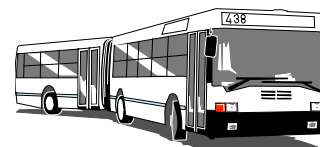


Pour les personnes en chaise roulante :

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 24/2/2007,
le bon de participation
que vous trouverez en page 69.

Merci !



TEMOIGNAGES



Témoignage n°1 de Daniel (dit Max) : **« Je ne m'en fais plus ! »**

Après avoir passé 2 mois insoutenables à la maison grâce à mon « ex » qui avait une aventure après 18 ans de vie commune, j'ai fait un AVC qui, selon moi, a été provoqué par mes soucis conjugaux, mes insomnies, mes hausses de tension, ...

Pendant mon coma provoqué à l'UCL, on a dû m'attacher parce que j'étais très impulsif, sans doute toujours à cause de mes problèmes de couple !

Dans les premiers mois de rééducation, j'ai commencé à réaliser mes problèmes : ma paralysie, le départ de ma femme, les difficultés financières, l'inquiétude sur ma reprise professionnelle, ... C'était la descente aux enfers ! Il n'y avait rien de positif, j'étais pieds et poings liés envers la vie. Je voyais l'avenir en NOIR ! Je perdais courage à la moindre facture, au moindre message de mon ex, ... J'étais en équilibre sur un fil très fragile, s'il cassait, je tombais. Je découvrais aussi que mon ex avait déchiré des factures, détourné de l'argent, utilisé ma carte Visa pour un week-end de vacances alors que j'étais hospitalisé, ... J'étais seul à tout gérer, à avoir tout sur le dos, à n'avoir aucune aide de ma famille (et pourtant j'ai une mère, un frère, deux fils !).

Petit à petit pourtant, je suis remonté de mes ennuis, j'ai commencé à voir le bout du tunnel. J'ai commencé à avoir la volonté d'y arriver, de ne pas perdre espoir, à ne pas baisser les bras.

J'ai notamment commencé à voir le bout du tunnel au niveau financier : j'ai eu des moments très durs, j'ai tiré la ficelle jusqu'au bout, j'ai mordu sur ma chique mais j'ai obtenu des résultats et de l'aide efficace de la mutuelle (allocation tierce personne), du CPAS, du Ministère de la Prévoyance Sociale et du Fonds Bruxellois des Personnes Handicapées. En attendant les allocations de la Prévoyance Sociale, le CPAS m'a payé une partie des frais de mes séances de rééducation et d'autres factures (électricité et cie) ... et sans que je ne doive les rembourser car je n'avais que 33000 FB par mois de la mutuelle pour vivre. Les finances sont donc remontées ... et le moral aussi. Une autre aide importante pour mon moral a été la rééducation. Petit à petit, avec la rééducation, j'ai vu les premiers résultats : de la chaise roulante, je suis passé aux béquilles pour finalement marcher seul ! En rééducation, j'ai côtoyé des gens formidables : les autres patients et les rééducateurs (en kiné et en neuropsychologie) avec qui j'ai pris une amitié. L'important, c'est de pouvoir trouver quelqu'un avec qui parler ... c'étaient les seuls ! Par exemple, depuis mon AVC, ce sont les seuls à me souhaiter « bon anniversaire » ! Ils m'ont soutenu plus que ma propre famille !

Une autre aide importante pour mon moral a été le stage professionnel que je fais 2 jours par semaine chez mon employeur (je vous en ai parlé dans un magazine précédent) : je me suis senti de nouveau faire partie de la vie normale ! Avoir de nouveau des contacts avec mes collègues : ils ont été super avec moi, ils ont pris mon cas en considération avec un grand respect (que certains de ma famille n'ont pas compris !).

Le dernier coup de pouce récent au moral : la voiture : ma liberté retrouvée ! Je peux enfin me déplacer comme je veux et rencontrer les gens plus facilement (même s'il y a parfois des pépins – voir mon premier témoignage !).

Mes conseils : faites des démarches vers votre mutuelle, votre CPAS, la Prévoyance Sociale, ... Demandez aux assistantes sociales qui s'y connaissent dans le domaine. N'écoutez pas les paroles des gens qui n'y connaissent rien et qui racontent des bobards ! Soyez actif !

A tout problème, il y a toujours une solution !

Ma morale : il ne faut pas baisser les bras, il faut regarder devant soi, pas derrière. J'ai appris à ne plus m'en faire pour des bêtises, la vie est trop importante, la santé passe avant tout ! Et du coup, ma tension est stable et mon diabète est bien équilibré !

Témoignage n°2 de Daniel (dit Max)

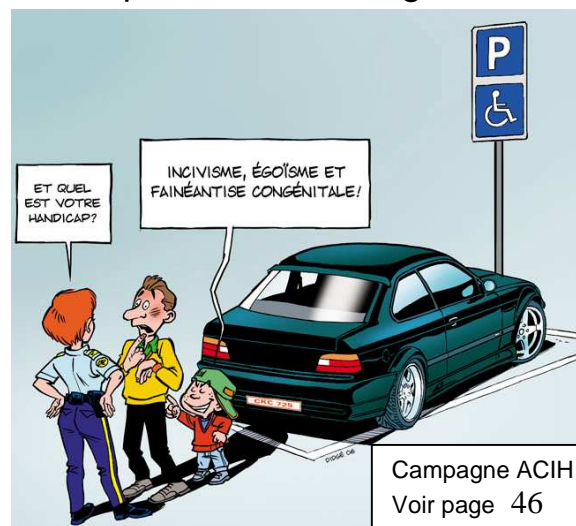
Dans le journal précédent, je vous parlais de mes problèmes avec la STIB.

Maintenant, je reconduis ! Je me suis dit : « Chic! finis les soucis! »...

Eh bien non ! Je me faisais des illusions... le manque de respect par rapport aux personnes handicapées est partout. En voici une preuve ...

J'ai dû me rendre rue des Palais à Bruxelles pour faire remplir mes papiers de contributions (car je ne sais pas écrire de la main droite suite à mon hémiplégié droite).

En arrivant rue des Palais, je vois un parking réservé pour les personnes handicapées... mais il est occupé. Je m'arrête à hauteur, en double file et je constate qu'il y a deux voitures totalement dépourvues du sigle des personnes handicapées. Sur cet entrefait, je vois la police derrière moi. Les policiers me demandent pourquoi je suis arrêté en double file. J'explique que les deux personnes garées sur le parking pour handicapés, ne sont pas handicapées et que moi, hémiplégié, je cherche une place. L'un des policiers me dit qu'il existe un autre emplacement pour handicapés dans le parking de la Cocof non loin de là et qu'il va faire le nécessaire pour dresser procès-verbal aux deux voitures. Je rentre -



avec peine- dans le parking de la Cocof mais je ne trouve aucune place libre. J'en ressors pour constater que la police est partie sans dresser de P.V. aux deux voitures ! Ils n'ont pas fait ce qu'ils m'avaient promis.

J'ai finalement trouvé une place libre à 2 km de là. J'ai dû me taper à pied ce trajet en pente, avec des trottoirs très dénivelés et cabossés... le parcours du combattant !

En sortant du bureau des contributions, je vois une autre voiture de police qui klaxonne pour que les gens ne restent pas en double file. Je leur refais une déclaration sur les voitures parkées sur l'emplacement "handicapés". La femme policier me répond qu'elle va vérifier cela. Je retourne péniblement à pied jusqu' à ma voiture. Au bout de quelques pas, j'ai vu la voiture de police filer... sans faire aucune vérification des voitures mal parkées !

La morale de cette histoire : l'indifférence est chez Mr tout le monde... mais aussi à la police... Il semble que c'est trop leur demander de constater les erreurs que les gens font envers nous.



«Je suis rouge de honte pour mon propriétaire».
Voilà ce que pense une voiture garée
sur une place réservée aux automobilistes handicapés.
Une affichette tout en humour
à apposer sur les pare-brise des voitures contrevenantes.
Disponible gratuitement à l'AWIPH : ☎ : 071 205 514

Témoignage de Nathalie

J'ai eu un accident le 31 octobre 2005, j'ai été admise aux urgences des Cliniques St Luc avec contusions cérébrales et fractures au coude droit, au fémur droit, à la rotule droite, au poignet gauche, aux os du crâne et du visage. Vu la dégradation de mon état, j'ai assez rapidement subi un drainage d'un hématome extra-dural frontal, suivi de différentes interventions orthopédiques. Mon polytraumatisme a été pris en charge aux soins intensifs du 1^{er} novembre au 7 novembre, puis j'ai été transférée au service de neurochirurgie pour ensuite être hospitalisée du 23 novembre au 28 février 2006 en service de revalidation.

Donc, au total presque 4 mois passés à l'hôpital ... où j'ai assez rapidement ressenti la difficulté d'être "une polytraumatisée", certains médecins ne tenaient pas compte de mes problèmes neurologiques (fatigabilité, difficultés par rapport aux informations reçues, aux explications rapides et/ou complexes, difficultés par rapport aux problèmes de mémoire et/ou d'attention, ...).

De même pour certains membres de l'équipe du service de revalidation ... Le sentiment d'incompréhension engendrait en moi un véritable sentiment de tristesse. Heureusement, j'ai toujours pu trouver écoute et compréhension auprès du service de neuropsychologie (et tout particulièrement ma rééducatrice), de la psychiatre qui m'a suivie durant mon hospitalisation, de certains aides-soignants et/ou infirmiers, de ma kiné, du service social ... et bien sûr auprès de mes proches.

Ma sortie de l'hôpital et la reprise de la vie courante n'a pas été simple et facile ! Ayant quitté l'hôpital "sur pieds" avec une amélioration impressionnante de mon état de santé, il n'était pas toujours simple de faire prendre conscience à mon entourage des difficultés que je rencontrais encore, et cela plus particulièrement au niveau neurologique. J'ai dès lors ressenti un terrible sentiment d'incompréhension par rapport à une partie de mon entourage et à la société ... Quelle place pour la différence, la lenteur, la maladie, la souffrance, ... dans cette société parfois tellement individualiste, égoïste, indifférente, ...!? Comment faire comprendre des séquelles neurologiques sans association avec des troubles psychologiques !?

Comment se sentir comprise lorsque ça concerne une science inexacte !?

Notre société a tant de mal par rapport à ce qui ne se voit pas, par rapport à ce qui n'est pas concret et palpable !?

J'ai beaucoup pleuré, ramé, ... j'ai été en colère, révoltée, amère,...

Je me suis sentie à bout, découragée, lasse,... voire démoralisée et déprimée ; mais avec du recul, je peux affirmer que même si je ne souhaite telle expérience à personne - car je m'en suis très bien sortie... ce qui n'est pas le cas de tout le monde - celle-ci a été très positive car j'en sors plus forte, plus positive et plus authentique.

Il ne faut en effet jamais perdre de vue le chemin parcouru et les « richesses » retrouvées ! Je me sens personnellement plus proche de l'essentiel, plus vraie, plus sensible, plus intuitive et moins superficielle.

Pour terminer, je voudrais adresser ce message aux personnes malades, handicapées, en souffrance ainsi qu'à leurs proches afin de leur donner courage, confiance et espoir.

*Si tu es las et que la route te paraît longue,
Si tu t'aperçois que tu t'es trompé de chemin,
Ne perds pas une seconde, gagne du temps ...
Recommence !*

*Si la vie te semble trop absurde,
Si tu es déçu par trop de choses et trop de gens,
Ne cherche pas à comprendre ...
Recommence !*

*Si tu as essayé d'aimer et d'être utile,
Si tu as connu la pauvreté et les limites,
Ne laisse pas là une tâche à moitié faite ...
Recommence !*

*Si les autres te regarde avec reproche,
S'ils sont déçus par toi, irrités,
Ne te révolte pas, ne leur demande rien ...
Recommence !*

*Car l'arbre rebourgeonne en oubliant l'hiver,
Car le rameau fleurit sans demander pourquoi,
Car l'oiseau fait son nid sans songer à l'automne,
Car la vie est Espoir ...
Et tout recommence !*

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.*



Billet d'humeur de Jean-Luc

"un mot derrière l'autre"

L'indifférence de la différence

Nous avons tous, au cours de notre vie de «bien portant» rencontré des goujats, des grossiers personnages qui faisaient peu de cas des autres...

Nous avons tous été confronté à cet égoïsme. A cette manière d'agir et de penser détestable qui fait qu'on donne plus de valeur à un individu qu'à un autre... Juste parce que c'est «moi».

Je veux parler de cette propension humaine à vouloir passer devant les autres et à marcher sur les pieds des autres pour aller plus vite, pour «gagner du temps» !

Peut-être même que dans notre vie antérieure de nantis, nous avons fait pareil ??

Mais il n'en reste pas moins que, depuis mon accident, j'ai l'impression qu'il y a plus d'inciviques qu'avant !

Des gens qui passent devant vous aux caisses des magasins car vous n'avez pas déposé assez vite vos achats sur le comptoir... Et qui, non seulement ne s'excusent pas de passer devant vous, mais en plus maugréent des paroles que vous imaginez !

Des gens qui se garent sur des passages pour handicapés car «je n'en ai pas pour longtemps ...»

Des gens qui vous bousculent pour avancer plus vite dans une file...

Encore ce foutu temps!

Quelle est cette société qui admet qu'une personne s'arroge le pouvoir sur le temps d'autrui ?

Gagner du temps ! Voilà ! On y revient !

Quelle est cette société qui laisse à quiconque l'opportunité de choisir que «son» temps est plus important que celui d'un autre ? Que j'ai le droit de me garer là car vous... vous avez le temps...

Le temps ! Une chose que nous avons en commun avec l'humanité toute entière ! Et qui est fatalement non extensible !

Une valeur unique que ces personnes s'accaparent après un rapide calcul subjectif du rapport entre la valeur de leur temps et du vôtre !

Pourquoi porte-t-on si peu de gravité à toutes ces incivilités qui nous pourrissent la vie !?

Je me fais parfois l'impression de jouer au vieux râleur du «Muppets'show»...
Mais bon !

Nous devons essayer de passer outre !

Nous n'avons peut-être plus notre place dans cette société ?

Nous avons fait «notre temps» place aux «autres»...

Non !

Nous devons prendre notre place et nous affirmer ! Nous devons tout faire pour ne pas accepter cet état de fait ! Même si nous acceptons les aides, nous devons nous affirmer et démontrer que,
«même diminués, nous pouvons être grands»!

Ce sera d'ailleurs l'occasion de répéter mes slogans !

Depuis toujours ils m'ont aidé ! Puissent-ils vous faire vibrer....

« Et si, l'intérêt de la vie, n'était pas tout simplement d'essayer »

et

« La vie est un grand jeu ! Seuls ceux qui ne veulent pas y jouer ont perdu ! »

***« Les rêves ne se réalisent pas sans rien faire...
il faut leur courir après. »***

En direct ... de Djamel

Les voyages ...

Ayant beaucoup voyagé et visité pas mal de pays (avant mais aussi après mon problème de santé), j'en garde pas mal de beaux souvenirs et de belles images dans ma tête.

Mais l'un des plus beaux, des plus longs, des plus intéressants, des plus chargés en émotion et des plus culturels voyages que j'ai fait, est sans aucun doute mon voyage en Egypte du mois d'octobre 2004, organisé par l'association « Décalage ».

Un voyage dans le sens contraire du cours du Nil, en le remontant du nord au sud d'environ 900 Km, un voyage dans le sens inverse de la ligne du temps, un voyage à la découverte d'un pays, à la découverte d'une grandiose civilisation, qui a profondément marqué dans son temps l'humanité, un voyage sur les traces d'illustres Rois, sur les traces de tous ces hommes qui ont bâti une civilisation inégalée à l'aube de l'humanité.

Dans l'ordre, Alexandrie, le Caire, Louxor, Assouan, Abou Simbel, des villes illustres chargées d'histoire.

J'ai visité le musée d'histoire du Caire, le plateau de Gizeh, où se trouve une des sept merveilles du monde « les pyramides », Sakkarah l'illustre nécropole. La nouvelle bibliothèque d'Alexandrie, de multiples temples coptes. Les temples de Louxor et de Karnak. Le fameux barrage d'Assouan. Tout au sud, à moins de 10 km de la frontière soudanaise, le fameux temple d'Abou Simbel, sauvé des flots du Nil par l'UNESCO.

J'ai découvert tous ces endroits historiques, qui témoignent d'une grande civilisation jadis disparue.

Au-delà de la grandeur et la beauté de ce voyage, j'aimerais aussi parler de cette magnifique solidarité ente valides et moins valides au sein de cette association, sans laquelle ce magnifique voyage n'aurait jamais eu lieu.

***Venez rencontrer Djamel
et les associations qui organisent des voyages
pour personnes valides et moins valides
lors de notre réunion ReVivre du samedi 9 décembre 2006 - voir page 6***

Les troubles attentionnels et leur rééducation

*par Michel Leclercq,
neuropsychologue au Centre W. Lennox à Ottignies*

L'attention constitue une fonction de base. Elle sous-tend en effet chacun de nos actes et comportements ainsi que chacune de nos pensées. De plus, elle intervient à chaque étape de tout « acte cognitif » : au moment de la prise d'informations, lors de leur traitement proprement dit et également au cours de l'élaboration et de l'émission de la réponse.

Divers signes comportementaux permettent de savoir si, dans une situation donnée, une personne est ou non plus ou moins attentive. Ces manifestations comportementales de l'attention sont d'ailleurs également repérables et « visibles » chez l'animal : le chat qui va bondir sur une souris, le chien qui attend sa pitance, l'aigle qui fonce sur sa proie, etc. Les chercheurs et cliniciens en psychologie cognitive et en neuropsychologie vont bien sûr prendre en compte ces aspects comportementaux mais c'est surtout sur l'étude et la compréhension des processus internes de l'attention que portent l'essentiel de leurs efforts.

I. LES PLAINTES

En terme de fréquence, les plaintes émises par des patients cérébrolésés à propos de leur fonctionnement attentionnel viennent directement après celles concernant le fonctionnement de la mémoire. En effet, dans la période proche du début de l'affection, approximativement un patient sur deux se plaint de difficultés de mémoire alors qu'un patient sur trois exprime des difficultés attentionnelles. Ces plaintes peuvent être soit « spontanées » au sens où le patient en fait part sans avoir été interrogé sur la qualité de son efficacité attentionnelle, soit « suscitées » c'est-à-dire lors d'un interrogatoire dirigé ou encore lorsqu'il



doit remplir différents questionnaires spécifiques analysant les types de problèmes qu'il présente.

On soulignera également la persistance des plaintes attentionnelles dans le temps : plusieurs études ont en effet montré qu'un nombre non négligeable de patients se plaignent encore de difficultés plusieurs années après l'installation de la lésion.

On a également pu mettre en évidence l'existence de corrélations élevées entre l'ampleur des plaintes exprimées par les patients et les répercussions négatives sur leurs capacités d'adaptation au quotidien. Ainsi, plus les difficultés dont les patients se plaignent sont importantes, plus elles les limitent dans différentes activités de la vie de tous les jours, y compris bien sûr sur le plan professionnel.

Il est également important de souligner que nombre de patients ne se plaignent pas de difficultés d'attention alors que différentes limitations seront mises en évidence à la suite d'examens spécifiques. Ainsi, il a entre autres été démontré que, comparativement aux personnes victimes d'un accident vasculaire cérébral, la sous-estimation de ce type de difficulté est significativement plus marquée après un traumatisme crânien. Il est donc essentiel que toute personne ayant présenté un problème neurologique soit soumise à un examen des fonctions attentionnelles et ceci, y compris en l'absence de plaintes explicites.

II. QUELQUES REPERES THEORIQUES



Historiquement, trois grands types de modèles se sont succédés pour tenter de rendre compte du fonctionnement de l'attention. Nous allons brièvement les passer en revue pour nous attarder sur le dernier, le modèle à composantes, qui nous servira de structure pour la présentation de différents aspects de l'attention.

- 1) Les modèles structuraux. L'élaboration de ces premiers modèles de l'attention remonte à la fin des années '50. On les qualifie de « structuraux » car ils ont en commun de considérer l'attention comme un système qui possède un ensemble d'éléments constitutifs, de « points de passage » obligés par lesquels l'information doit transiter afin d'être correctement traitée. Ces premiers modèles appréhendent l'attention comme une entité, un « tout » indifférencié réalisant un ensemble d'opérations de type détection, sélection et filtrage des informations sur lesquelles le sujet doit porter son attention. Ces modèles ont été élaborés en mettant l'accent sur l'importance des

attributs physiques – saillance, intensité, etc. - des informations à traiter. Mais différentes observations et expérimentations ont remis en cause l'aspect réducteur de ce type de modèle. On a pu en effet démontrer que les caractéristiques physiques des stimuli et l'architecture du système ne suffisaient pas à elles seules à rendre compte de la modulation des compétences attentionnelles d'un individu ; de nombreuses études ont montré que le traitement effectué dépassait manifestement l'analyse superficielle (physique) des stimuli auxquels on soumettait le sujet.

- 2) Aussi, ces modèles cèderont-ils la place à d'autres plus fonctionnels où l'accent sera mis cette fois sur la notion de capacité de traitement et de quantité de ressources attentionnelles disponibles. Le postulat de base de ces modèles fonctionnels peut se résumer comme suit : les ressources attentionnelles dont un individu dispose sont limitées, leur exploitation est fonction du degré d'investissement ou d'« effort attentionnel » déployé par le sujet, ses ressources pouvant être allouées différemment selon les consignes auxquelles on le soumet. Ces modèles fonctionnels se sont avérés très productifs sur le plan théorique. Certains d'entre eux ont abouti à des modélisations mathématiques parfois complexes et prometteuses quant à la prédiction du comportement attentionnel d'un sujet dans une situation donnée. Ainsi, par exemple, l'une des ambitions de ces modèles était de prédire le nombre et types de tâches simultanées auxquelles on pourrait soumettre un sujet sans pour autant dépasser sa capacité de traitement. La réponse à ce type de problème pourrait bien sûr s'avérer très utile dans des situations spécifiques tel le pilote d'avion qui est soumis à un grand nombre de tâches à réaliser en même temps, ou encore le technicien qui, dans une centrale nucléaire, est chargé de contrôler un ensemble d'écrans de surveillance en vue du bon déroulement des opérations. Malheureusement, outre le fait que ces modèles restent généraux en appréhendant ici encore l'attention en tant que système indifférencié, leur pouvoir prédictif fut fréquemment mis en échec. De plus, du fait de leur niveau de sophistication et du nombre de variables en jeu, leur application s'est avérée ingérable sur le plan expérimental, et a fortiori clinique.
- 3) Les modèles à composantes. Initié à la fin des années '80, ce type de modèle se démarque des précédents en considérant cette fois l'attention non plus comme un système global et indifférencié mais bien comme un ensemble de mécanismes ou processus attentionnels distincts, mobilisables en fonction du type de situation auquel le sujet est confronté. La version actuellement la plus élaborée de ce type de modèle distingue deux dimensions ou axes de l'attention : l'intensité et

la sélectivité. C'est à partir de cette distinction que nous allons présenter maintenant les principales composantes de l'attention ainsi que quelques épreuves permettant d'illustrer certains outils utilisés pour apprécier leur fonctionnement.

III. LES COMPOSANTES DE L'ATTENTION



1) Les aspects intensifs de l'attention

A. *L'alerte*. Cette composante correspond à l'optimisation de l'état de préparation à (ré)agir ou répondre. En situation de vie, on peut citer comme exemple l'attitude d'un athlète prêt à bondir hors de ses starting-blocks durant le bref laps de temps qui s'écoule entre le cri du moniteur (« Prêt ? ») et la détonation donnant le signal de départ. Le symbole le plus typique de l'alerte est le point d'exclamation qui figure dans le panneau triangulaire de signalisation routière et qui, par sa présence, avertit le conducteur qu'il doit adapter son comportement à l'approche d'une situation particulière : travaux, accident, route dégradée, etc.

En pratique clinique, on va évaluer l'alerte d'un sujet en le soumettant à deux types d'épreuves : l'une dans laquelle il a à réagir à certains stimuli dès qu'il les détecte ; l'autre dans laquelle la présentation des mêmes stimuli auxquels le sujet doit réagir sont précédés d'un signal avertisseur. On calcule ensuite le gain réalisé, en termes de temps de réaction (TR), lié à la présence du signal avertisseur. En pathologie et contrairement aux sujets sains, plutôt que de bénéficier de la présence du signal avertisseur, certains patients seront au contraire perturbés par ce stimulus auxquels ils se montrent incapables de ne pas réagir ; d'autres patients dont l'alerte est perturbée, voire absente, vont présenter un niveau de performance identique, peu importe que les stimuli soient ou non précédés d'un signal avertisseur.

B. *La vigilance*. Dans la vie quotidienne, cette composante renvoie à des situations de longue durée, au cours desquelles peu de choses se passent mais qui nécessitent néanmoins que le sujet soit attentif de telle sorte à être à même de réagir adéquatement en cas de nécessité. Quelques exemples : les gardes du palais royal, le chasseur à l'affût, le veilleur de nuit, le contrôleur radar, etc.

En pratique clinique, on évalue la vigilance au travers d'épreuves composées d'un grand nombre d'items comprenant peu de cibles, c'est-à-dire peu de stimuli auxquels le sujet aura à réagir. Ces tâches sont de longue durée (plusieurs dizaines de minutes) et volontairement monotones. Chez le sujet sain, la performance à ce type d'épreuve se caractérise par la présence

d'erreurs en début d'épreuve, après quoi le nombre d'erreurs reste globalement stable. Par contre, chez les patients présentant des limitations en vigilance, le nombre d'erreurs tend à croître constamment tout au long de l'épreuve. Il n'est pas rare que certains de ces patients s'endorment même en cours de passation...

C. *L'attention soutenue* constitue en quelque sorte le contre-pied de la vigilance. Cette composante se situe en effet à l'autre extrémité d'un continuum puisque, contrairement à la vigilance, dans les situations sollicitant l'attention soutenue il y a un grand nombre d'informations à traiter, informations dont le rythme d'apparition est rapide.

On peut citer comme exemples de situations de vie dans lesquelles l'attention soutenue est sollicitée : le travail de traduction simultanée, le pilote de F1 et, d'une manière plus générale, toute activité intellectuelle ou manuelle nécessitant un traitement cognitif ininterrompu d'un flux rapide d'informations. Un exemple d'épreuve d'évaluation : le sujet a pour consigne de réagir à chacune des lettres présentées sur un écran à un rythme élevé (de l'ordre d'une lettre par seconde), tout en s'abstenant d'actionner le bouton-réponse lors de l'apparition d'un autre type de stimulus (le chiffre 3, par exemple).

2) Les aspects sélectifs de l'attention

A. *L'attention sélective ou focale*. Cette composante correspond à la notion d'attention telle qu'utilisée en langage courant. Elle constitue la composante la plus étudiée, entre autres dans les premiers modèles (cfr. supra : modèles structuraux). En termes cognitifs, l'attention focale ou qualifiée également de « sélective » est le mécanisme qui sous-tend la capacité du sujet à maintenir son attention sur les stimuli pertinents à traiter ainsi que sur la tâche en cours. Il s'agit d'un mécanisme à la fois puissant, constamment à l'œuvre et crucial pour l'adaptation du sujet. Il intervient dans la réalisation de tout type d'activité, qu'elle soit intellectuelle ou pratique et manuelle.

Le paradigme classiquement utilisé pour étudier l'attention sélective est ce que l'on dénomme le « Go/No go » : le sujet doit réagir à certains types de stimuli (cibles), tout en s'abstenant d'émettre une quelconque réponse à l'apparition d'autres (distracteurs). L'attention sélective est également évaluée à partir de tout un éventail d'épreuves de barrages de symboles divers (dessins, lettres, chiffres, etc.) ; ainsi, par exemple, sur une feuille contenant des lettres présentées dans un ordre aléatoire, le sujet aura pour

consigne de barrer à chaque fois la lettre L pour autant qu'elle soit précédée de la lettre G.

B. *Le monitoring simultané.* Cette composante renvoie aux situations dans lesquelles le sujet doit surveiller plusieurs sources potentielles d'informations afin, le cas échéant, d'être à même d'y réagir adéquatement. En situations de vie, ce sera le cas par exemple du pilote d'avion qui doit constamment superviser un ensemble d'écrans, tout en restant prêt à réagir adéquatement à d'éventuelles consignes qui lui parviendraient de la tour de contrôle.

Une manière d'évaluer le monitoring simultané consiste à soumettre le patient à une épreuve de détection durant laquelle il ne peut pas prévoir la modalité (visuelle ou tactile, par exemple) du stimulus auquel il va avoir à réagir. Une autre manière d'évaluer cette composante consiste à lui demander de surveiller simultanément deux types de stimuli (visuels et auditifs, par exemple) tout en réagissant sélectivement à certains d'entre eux.

C. *L'attention divisée* est la composante sollicitée lorsque le sujet doit réaliser plusieurs tâches en même temps. Comme l'a souligné un chercheur dans le domaine, dans la vie courante : « L'attention divisée est plutôt la règle que l'exception ». En effet, les exemples de sollicitations de type tâches multiples en situations de vie ne manquent pas : planifier une action tout en marchant, prendre des notes lors d'une conférence ou tout en continuant à parler au téléphone, conduire en tenant une conversation avec un passager, etc.

L'évaluation de cette composante sera basée sur la comparaison des performances du sujet en condition de tâche unique et double. On va en effet, dans un premier temps, soumettre le sujet séparément à deux types de tâches : par exemple, une épreuve de TR et une tâche d'épellation. Ensuite, en condition double tâche, le sujet va devoir réaliser ces tâches de manière simultanée. On observe chez les patients présentant des limitations de l'attention divisée une chute beaucoup plus marquée des performances en condition de tâches simultanées que chez les sujets sains.

3) Un cas particulier de déficit de l'attention (spatiale): *l'héminégligence.*

Ce syndrome justifierait à lui seul un exposé. Nous nous limiterons ici à le mentionner comme perturbation de l'attention spatiale, laquelle va engendrer nombre de répercussions sur l'adaptation du patient : troubles lors de la toilette et de l'habillement, dans ses déplacements (bute sur des

obstacles), aux repas, outre qu'il présentera également des difficultés en lecture, dans la disposition de l'écriture, lors de la copie de dessins, etc. Le déficit tient au fait que le sujet ne porte plus automatiquement son attention sur une partie de son environnement, le plus souvent la partie gauche (suite à une lésion hémisphérique droite). On parle d'ailleurs aussi de syndrome d'« héli-inattention » pour qualifier l'ensemble de ces difficultés. Mais le trouble ne concerne pas uniquement la prise en compte de l'environnement ; il peut également intéresser la sphère corporelle et les représentations mentales : dans le premier cas, le patient se comporte comme si une moitié de son corps ne lui appartenait pas ou n'existait pas ; dans le second cas la difficulté porte sur l'absence d'évocation spontanée d'une partie de scène ou de représentations, telle par exemple la dénomination de villes situées sur la partie gauche d'une carte qu'il doit décrire mentalement. L'anosognosie des troubles, c'est-à-dire l'absence de conscience chez le patient des difficultés dont il souffre, fait partie intégrante du syndrome et constitue le plus souvent le premier obstacle à franchir avant d'entamer la rééducation proprement dite.

IV. LA REEDUCATION



On a coutume de classer les types d'interventions rééducatives en différentes catégories. Dans l'éventail des moyens d'intervention, les techniques dites de « restauration ou de rétablissement » constituent les stratégies rééducatives les plus fréquemment utilisées pour tenter de remédier à des déficits d'attention. Le but visé par ces techniques est de faire réapparaître au moyen de stimulations répétées des conduites abolies suite au dysfonctionnement ou à la lésion cérébrale. Dans ce type d'intervention, l'abord du trouble est « frontal » : c'est en ré-exerçant le sujet par la confrontation répétée à la situation dans laquelle il se trouve en difficulté qu'on vise à lui permettre d'en retrouver peu à peu le contrôle. Nous verrons plus loin différents exemples de techniques visant la restauration de l'attention.

Un autre groupe de techniques d'interventions rééducatives visent la facilitation d'accès à des routines et procédures restées par ailleurs au moins partiellement intactes. En ce qui concerne l'attention, on peut ranger dans cette rubrique les techniques telles que la relaxation et/ou de contrôle de la respiration. Ainsi, par exemple, des auteurs (Wilson & Robertson, 1992) ont tenté de remédier à des troubles de la lecture d'origine attentionnelle chez un patient qui fut victime d'un traumatisme crânien sévère en l'entraînant à des techniques de relaxation qu'il devait pratiquer avant d'entamer une lecture. On lui demandait également de définir une période de temps au cours de laquelle il tenterait de lire sans relâcher son attention, durée qui fut progressivement augmentée au fil du traitement. Lors d'une seconde phase,

le patient fut entraîné à recourir aux mêmes stratégies mais cette fois au sein d'un environnement bruyant, situation plus proche de son contexte de travail. Non seulement on a assisté à l'amélioration progressive des performances du patient en lecture et ce, tant en termes de qualité que de durée, mais de plus les auteurs ont démontré qu'en fin de traitement, il y avait généralisation lors de la lecture de textes concernant ses activités professionnelles.

Enfin pour ce qui est du type d'intervention, signalons également l'utilité de techniques rééducatives dites « palliatives », c'est-à-dire concernant l'aménagement de l'environnement ainsi que l'utilisation d'aides externes qui font en quelque sorte office de « prothèses mentales ». Différents moyens pratiques peuvent en effet être mis en place dans le but d'améliorer ou même simplement susciter l'attention du patient dans certaines situations ou contextes spécifiques. On pense entre autres ici à la difficulté de certains patients de bloquer certaines routines ou automatismes pour y substituer une réponse adaptée à la situation ; l'utilisation de moyens externes permet de réduire le déclenchement de schémas comportementaux parfois très élaborés mais inadaptés au contexte du moment.

A l'instar de ce que nous avons vu en passant brièvement en revue les principaux modèles théoriques, on peut classer les différentes études portant sur l'efficacité de la rééducation de l'attention en deux grands sous-groupes : des interventions que l'on qualifie d'« aspécifiques » d'une part, et de « spécifiques » d'autre part. Les interventions aspécifiques appréhendent l'attention comme un tout indifférencié, sans prendre en considération les différents mécanismes sous-tendant le fonctionnement attentionnel ; par contre, les approches dites « spécifiques » sont basées sur une analyse différenciée des mécanismes attentionnels, les stratégies d'intervention proprement dites ciblant le(s) processus déficitaire(s) chez un patient donné. Lorsque l'on passe en revue l'ensemble de ces études, le constat est sans appel : les approches aspécifiques concluent le plus souvent en l'absence de progrès imputables à l'entraînement et, pour les quelques études dans lesquelles certaines améliorations furent constatées, ces dernières se limitaient aux fonctions entraînées, fonctions qu'il est généralement possible de définir a posteriori à partir des moyens et exercices déployés lors de l'intervention ; par contre, la majorité des approches spécifiques aboutissent à des progrès, lesquels s'accompagnent de transfert à d'autres fonctions cognitives, ce qui n'est pas le cas pour les approches aspécifiques.

Par ailleurs, deux éléments importants ont été mis en évidence au travers de plusieurs publications portant sur des interventions rééducatives spécifiques : d'une part, l'analyse de l'évolution des profils de performances de patients rééduqués montre l'existence d'une certaine hiérarchie au sein des composantes attentionnelles et, d'autre part, le respect de cette hiérarchie conditionne au moins partiellement l'efficacité du traitement. Plus précisément, ces études montrent que l'efficacité des composantes de l'axe

ou dimension « sélectivité » (cfr. supra) est elle-même tributaire de la qualité du fonctionnement des composantes propres à l'axe « intensité ». En d'autres termes et par exemple, l'efficacité de l'attention divisée d'un sujet sera tributaire d'une alerte et/ou d'une attention soutenue correctes. De plus, différentes études ont souligné la nécessité de tenir compte de cette hiérarchie lors de la mise en place du traitement. En effet, le réentraînement d'une des composantes de l'axe sélectivité en l'absence de composantes intensives qui soient fonctionnelles produirait l'effet inverse à celui escompté, à savoir la dégradation de la composante faisant l'objet du traitement. Ainsi, par exemple, le réentraînement de l'attention divisée chez un patient présentant par ailleurs une alerte déficitaire serait à l'origine d'une détérioration des capacités d'attention divisée. Les auteurs rendent compte de cette dégradation par une saturation de la capacité de traitement dont les limites seraient dépassées. On le voit, outre la mise en évidence de leur efficacité, ces études spécifiques ont des répercussions directes sur la marche à suivre lors de la prise en charge de patients avec troubles de l'attention.

Les troubles attentionnels de certains patients sont aisément et directement identifiables au niveau de la simple observation clinique. Lorsque c'est le cas, le thérapeute est parfois amené à intervenir sur certains aspects élémentaires de l'attention. Ainsi, cette patiente qui se montrait incapable de maintenir simplement le regard fixé sur la tâche en cours. Elle fut soumise à deux types d'exercices : d'une part, garder le regard orienté vers celui du thérapeute et cela, le plus longtemps possible et, d'autre part, se soumettre à la même consigne tout en effectuant du simple comptage (double tâche). L'évolution fut constante : alors que la patiente en début de traitement ne pouvait maintenir son regard qu'approximativement durant cinq secondes, au terme de l'intervention elle y parvenait pendant plus de 20 secondes, y compris tout en effectuant simultanément le comptage.

Un autre type d'intervention vise à optimiser l'autogestion par le patient de ses capacités attentionnelles résiduelles. Le sujet est alors soumis à différents types de tâches dont la durée et la complexité sont ajustées en fonction de ses possibilités résiduelles ; par ailleurs, le patient a pour consigne de n'entamer la tâche que lorsqu'il se sent prêt et subjectivement dans les meilleures conditions d'attention que pour obtenir une performance optimale. Certains exercices informatisés permettent, en cours de tâche et/ou à son terme, de fournir au patient une appréciation quantitative et/ou qualitative de sa performance.

Une équipe d'Aix-la-Chapelle a mis au point et diffusé une batterie (Aixtent) informatisée comprenant un ensemble d'exercices ciblant quatre fonctions attentionnelles. Pour chaque exercice et à partir d'une série de paramètres, le thérapeute a la possibilité de déterminer le degré de

complexité de la tâche (9 niveaux). L'accent est d'abord mis sur les aspects qualitatifs de la tâche (nombre d'erreurs) et, seulement dans un second temps, sur les aspects vitesse de réalisation (TR).

L'alerte est réentraînée à partir de la simulation à l'écran du déplacement d'un véhicule (voiture ou moto) sur le trajet duquel surgissent différents types d'obstacles à éviter. Le patient a pour tâche de garder le contrôle du véhicule en sachant que le nombre et/ou le type d'indices l'avertissant de l'approche imminente d'un obstacle s'estompe parallèlement à l'élévation du degré de complexité de la tâche.

La batterie propose deux tâches de vigilance : l'une dans laquelle le patient doit signaler certains déplacements d'objets volants (avions, ballon, montgolfière) et l'autre dans laquelle il a à repérer la présence d'objets défectueux qui défilent sur une chaîne de montage ; dans la condition la plus exigeante, la tâche dure une demi-heure et les stimuli cibles n'apparaissent qu'à la fréquence moyenne d'un par minute.

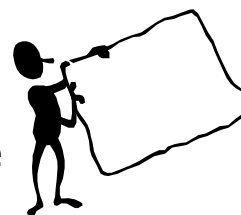
L'attention focale est réentraînée à partir d'exercices simulant l'objectif d'un appareil photo. Le sujet a à réagir à des cibles (objet unique ou paires d'objets) présentées au sein d'environnements différents auxquels, dans la condition la plus exigeante, s'ajoute la présence de sons distrayants et de déplacements du viseur.

Enfin, la tâche de monitoring simultané simule le cockpit d'un avion dans lequel le sujet aura à surveiller, isolément d'abord puis simultanément, trois sources d'informations : d'une part, l'amplitude des déplacements verticaux de la ligne d'horizon, d'éventuels ratés au niveau du bruit du moteur et enfin, les déplacements de l'aiguille d'un altimètre. Le degré de complexité de la tâche est déterminée en fonction de paramètres tels que l'apparition séquentielle ou au contraire simultanée des événements cibles, la fréquence d'apparition de ces événements ainsi que la présence ou non d'un feedback sonore en cas d'erreur (fausses alarmes et/ou omissions).

Nous ne venons de citer que quelques exemples de possibilités de prises en charge des troubles de l'attention. Il en existe d'autres et bon nombre des techniques utilisées sont le fruit de la réflexion et de la créativité des thérapeutes. Par ailleurs, on ne peut que se réjouir de voir progressivement apparaître la diffusion d'exercices, informatisés ou non, visant la rééducation de limitations de l'attention. La majorité d'entre eux repose sur le principe, à notre sens indispensable, d'une prise en charge ciblée et spécifique du(des) trouble(s) dont souffre le patient.

V. CONCLUSIONS

Nous terminerons cette présentation en soulevant deux questions. D'une part, la subdivision du système attentionnel en différentes composantes est-elle justifiée ? D'autre part, qu'en est-il de la (des) localisation(s) anatomique(s) de l'attention ?



Trois types d'arguments permettent de répondre affirmativement à la justification de l' « éclatement » du système attentionnel en composantes dont nous venons de décrire les principales. Tout d'abord, le fait que les différentes plaintes exprimées par les patients qui sont conscients de leurs difficultés attentionnelles concordent avec chacun des processus que nous avons passés en revue. Ainsi, certains patients se plaignent d'être distraits (attention focale), ou avoir du mal à rester concentré sur des tâches de longue durée (vigilance), ou encore de se trouver en difficulté lors de discussions croisées (monitoring simultané) ou dans l'exécution simultanée de plusieurs tâches (attention divisée), etc.

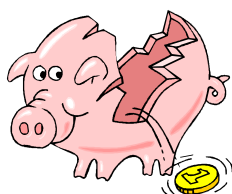
Par ailleurs, le développement de l'imagerie médicale et plus particulièrement de l'imagerie fonctionnelle permet de préciser de plus en plus finement les structures cérébrales impliquées dans l'attention. Au fil du temps, un nombre croissant d'études ont montré qu'aux différentes composantes correspondent des circuits cérébraux spécifiques, lesquels sont activés en fonction du paradigme particulier auquel on soumet le sujet. Ainsi, à la spécificité de chacune des composantes correspond un réseau neuronal spécifique.

Un troisième type d'argument porte sur « le principe de double dissociation ». De quoi s'agit-il ? Concrètement, en pathologie on observe qu'alors qu'un patient présente un déficit pour les fonctions attentionnelles A et B par exemple, un autre patient ne présentera certaines difficultés que pour la fonction A et un dernier, uniquement pour la fonction B. Ce type d'observation confirme donc lui aussi la justification de la différenciation du système attentionnel en un ensemble de processus distincts.

Nous avons déjà partiellement répondu à la question de la localisation de l'attention dans le paragraphe précédent. En effet, nous venons de voir que l'attention est sous-tendue par tout un réseau de structures cérébrales, chaque composante de l'attention étant elle-même sous-tendue par un circuit cérébral spécifique, l'ensemble de ces « circuits attentionnels » étant disséminés au sein de l'encéphale. En d'autres termes, l'attention n'est pas sous-tendue par un centre ou une aire cérébrale unique. L'intrication et l'imbrication des différents réseaux neuronaux qui sous-tendent l'attention rendent d'ailleurs compte de la fréquence des plaintes et des déficits de

l'attention après cérébrolésion. En effet, si l'attention dépendait uniquement d'un centre ou d'une aire cérébrale spécifique, on n'observerait de troubles attentionnels que chez les sujets porteurs d'une lésion ou victime d'un dysfonctionnement intéressant spécifiquement cette région. Le fait que l'attention soit sous-tendue par tout un réseau de circuits disséminés à l'intérieur de l'encéphale augmente d'autant les risques de perturbations de l'attention et d'apparition de troubles.

La fréquence d'apparition de ce type de difficultés et l'importance de leurs répercussions sur les capacités d'adaptation du sujet cérébrolésé justifient, comme c'est actuellement le cas, que l'on accorde un intérêt tout particulier à cette sphère particulière de la neuropsychologie cognitive que constitue l'attention.



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, 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 !

Un voyage dont on ne connaît ni la durée, ni la destination... Un ticket, aller simple,



Le train

À toute allure, il traverse les saisons. Le «Train-temps». Réchauffé par le dernier été, enflammé par le présent automne, il brûle la voie. À travers champs et montagnes, entre clôtures et édifices, de gare en gare, de secondes en années, sur ses rails de soleil, de pluie et de givre, nous glissons éperdument. Il m'entraîne dans sa course effrénée contre-la-montre. Le train de la vie.

À fière allure, le train file et m'emporte, sans escale et sans répit, sans remords. De prés en villes, de secondes en fractions de siècle, entre ceux qui montent et ceux qui descendent, nous défilons toujours ensemble, indissociables, sur les rails marqués des traces indélébiles de notre court passage, maculés de larmes et de rires. Le train file. Je m'accroche à sa peau insensible. Et je sais : le voyage, merveilleux, m'use, me tue.

Sans allure, le train me porte dans sa chair, à pleine vapeur, jusqu'au terminus de la vie. Il passe. Regardez-le. Le train de la mort.

Dans ce bel automne, les arbres paradent leurs plus belles feuilles avant de se dévêtir, frileusement, et de glisser, silencieusement, sous l'édredon blanc. C'est l'ultime hommage à la beauté du jour avant la nuit. Le cri d'un enfant avant le sommeil, cet inconnu. L'apothéose avant la chute.

Un autre automne, infidèle... éblouissant. Les feuilles vont tomber. Le train, vide, va s'endormir sur ses rails gelés.

Tandis qu'innocemment, nous filons tous, à toute allure, dans le train de la vie.

© Francis Pelletier (Pose & Prose)



Lu pour vous

La vie sauve

Lydie Violet et Marie Desplechin
Collection Points – 2006

La quarantaine active, la vie de Lydie Violet tourne autour de ses deux enfants, de son boulot dans une maison d'édition, de son mariage qui bat de l'aile. Mais après une violente crise d'épilepsie, on lui découvre une tumeur au cerveau, une forme de cancer du cerveau très rare pour laquelle on ne connaît pas de traitement. Elle demande la vérité : la forme aiguë de sa maladie lui laisse quelques semaines de survie, la forme lente quelques années. Tout bascule. Rien n'est plus pareil, et pourtant...

Avec l'aide de l'écrivain Marie Desplechin, Lydie évoque les souffrances et les doutes, les questions inéluctables sur la mort, mais aussi la vie qui continue, l'intensité que revêt désormais chaque instant, chaque victoire, chaque bonheur. Elles racontent les médecins déshumanisés, l'administration sans âme, les amis maladroits ou absents, les regards gênés, les encouragements vides de sens, ...

Le lecteur est bouleversé, bien sûr, mais souvent il rit aussi, à la drôlerie avec laquelle sont rapportées certaines situations. La rage et parfois la férocité de Lydie dans son combat lui permettent d'exister sans être réduite au rôle de malade inconcevable. C'est une leçon de vie que contient ce livre terrible.

Ce récit écrit à quatre mains a été couronné par le prix Médicis essai 2005.

Des entreprises pour travailleurs handicapés à Bruxelles

Réalités, défis et perspectives

« Monographie des ETA Bruxelloises »

Bernard De BACKER

Chercheur à l'Association Paritaire pour l'Emploi et la Formation asbl

Le point de départ du livre est un projet d'étude des besoins en formations des moniteurs et monitrices, ces « pros » qui encadrent et accompagnent les travailleurs handicapés dans ces « ateliers protégés » nom donné habituellement aux ETA (entreprises de travail adapté).

La première ETA a été fondée en 1922 et la plus récente en 1986. En juin 2005, les ETA bruxelloises occupaient près de 1.800 travailleurs handicapés, c'est dire l'importance de

ce secteur. Chaque ETA est différente par la taille, l'infrastructure, la localisation, la production, le projet, la culture de l'entreprise mais aussi par la capacité professionnelle.

Chacune de ces 14 ETA (13 aujourd'hui car 2 ETA ont fusionné) bruxelloises a été visitée. Une description du paysage très diversifié des ETA bruxelloises est donnée avec une série de données historiques, des informations détaillées sur l'emploi et l'encadrement, les caractéristiques de la production de chaque atelier. On y trouve aussi des informations sur la réglementation en vigueur à la COCOF, les procédures d'accès des travailleurs handicapés aux ETA, les modalités d'agrément et de subventionnement des ETA.

Ce livre a été présenté lors d'une conférence de presse donnée par la Ministre Evelyne Huytebroeck le 3 mai dernier et était disponible à « Travail et Vie » une ETA située Digue du Canal, 40 à Anderlecht.

"Docteur, on m'a dit que ..." ou la vérité sur les croyances et les idées reçues médicales

Dr Sophie Silcret-Grieu & Dr Nathalie Szapiro-Manoukian
Editions Flammarion - 2006

"Mange ta soupe, ça fait grandir !", "Allume ta lampe, tu t'abîmes les yeux", "Finis ton poisson, c'est bon pour la mémoire !", "Les femmes accouchent à la pleine lune", "Le chocolat, ça donne des boutons !" ...

Sans faire de bruit, nombre de croyances populaires et d'idées reçues poursuivent leur bonhomme de chemin au fil des ans. Elles font partie intégrante de notre culture, de notre identité, et nul ne songe à les remettre en cause. Parmi les adages de nos aïeux figurent en effet un certain nombre d'idées reçues concernant la santé. Mais peut-on vraiment leur faire confiance ? Sûrement pas aveuglément : certaines s'avèrent exactes, mais beaucoup sont farfelues, et certaines même dangereuses. Il était donc urgent de se pencher sur les a priori médicaux pour distinguer les vérités attestées des idées reçues infondées.

De cette volonté de ranger nos préjugés au placard, est née une association complémentaire : celle entre Sophie, la sceptique qui croit uniquement les études qu'elle voit et Nathalie, la confiante qui pense qu'il n'y a jamais de fumée sans feu !

On leur a parfois reproché de détruire un peu de rêve en disséquant chirurgicalement ces idées reçues communément admises ... En tout cas, grâce à cet ouvrage, la nouvelle génération aura désormais tous les arguments en mains pour éviter que les fausses croyances passent le cap du XXI^e siècle !

Sans compromis scientifiques, mais avec rigueur, bonne humeur et dans un langage accessible par tous, cet ouvrage est tour à tour drôle, ironique ou tendre, au gré des nombreuses anecdotes qui le pimentent, délivre une foule d'informations surprenantes et de conseils utiles, bien plus efficaces que les clichés ressassés depuis des générations !



Handicaps : Paroles de frères et soeurs

Maria Carrier

Editions Autrement, Collection "Mutations" - 2005

Nous fabriquons avec nos frères et sœurs des liens à sens multiples - ressemblances, mimétismes, harmonie ou conflits, symétries ou antagonismes...-, que nous ayons ce "compagnon" un peu spécial dans notre vie ou que cette relation nous intrigue parce que nous sommes enfant unique. Parce que notre sœur ou notre frère est tout à la fois le même et l'autre.

Qu'en est-il alors quand cette sœur ou ce frère vit avec un handicap ? Une dizaine de personnes, femmes, hommes ou jeunes adolescents entre 17 et 65 ans, témoignent de la vie qu'ils partagent ou qu'ils ont partagée avec leur frère ou leur sœur handicapé(e).

Ce livre aborde la question du handicap de naissance ou de celui qui survient après un accident ou une maladie, handicap mental ou physique, plus ou moins lourd, profond, irréversible ou stabilisé, en voie d'amélioration, compensé ou dépassé... Ce qui relie les témoins à leurs frères et sœurs déficients, ce sont les chemins de l'enfance commune, le regard des autres (de la curiosité au rejet, de l'acceptation à la compassion), les relations avec les parents et les questionnements sur l'hérédité, la peur de l'avenir.

Lire ces confessions, c'est entrer dans l'histoire intime des familles, parler de la solidarité et de la rivalité, de la parité, de la différence et en creux de la ressemblance...

Sous la direction de Maria Carrier, qui a recueilli, rassemblé les témoignages et les commentaires de juriste, psychanalyste, éducateur, médecin, kinésithérapeute, orthophoniste.

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

Je parle :

L'extraordinaire retour à la vie d'un locked-in syndrom

Laetitia BOHN

Editions Jean-Claude Lattès, 2005

Laetitia, trente-trois ans, fait un AVC et présente un *Locked-in syndrom*. Enfermée dans son corps, seul un clignement de paupières lui permet de communiquer. Les neurologues sont persuadés qu'elle va mourir. C'est compter sans le combat que cette femme exceptionnelle est capable de mener. Sa force et l'amour de sa famille vont accomplir un miracle. Laetitia nous raconte, avec beaucoup de sincérité, de franchise et d'émotion, sa lente mais progressive rééducation, les différentes étapes de son long chemin. Cette jeune mère aimante s'est battue, chaque jour, pour s'occuper à nouveau de ses fils, reconduire, ...

Dans la tourmente de l'épilepsie

Michèle VIALLET

Editions L'Harmattan, 2005

Depuis longtemps, Michèle Viallet tenait un journal relatant les événements douloureux qui ponctuaient la vie de sa fille Améline, chez qui on découvre, à l'âge de 5 ans, une tumeur au cerveau accompagnée d'épilepsie. Aujourd'hui, elle a rassemblé ces témoignages pour que le monde en bonne santé découvre l'univers difficile des personnes épileptiques et pour que les épileptiques s'y retrouvent, et, par là même, se sentent moins seuls. Ces textes sont un chant d'espoir et d'amour infini. L'humour et la poésie y ont leur place car « la souffrance, souvent présente, n'a jamais empêché la vie ».

Ma vie a commencé dans un fracas de tôle

Jehanne COLLARD

Editions Albin Michel, 2005

Des accidents, il y en a eu beaucoup dans la vie de l'avocate Jehanne Collard. Sa fille, née handicapée à la suite d'une erreur de diagnostic. Le camion qui percute sa voiture et la laisse brisée à jamais. Les victimes

qu'elle défend avec l'énergie du désespoir. Mais ces douleurs qui ne lui laissent pas de répit, cette colère qui ne la quitte plus sont devenues ses alliées. Son témoignage, dur, sans complaisance, est celui d'une survivante, d'une battante qui a su puiser en elle des forces qu'elle ignorait posséder. Une bouleversante leçon de vie.

Quand tout bascule...

par Michel Chevalet
édition Michel Lafon, 2005

Fabrice, le fils de Michel Chevalet, journaliste scientifique, est victime d'un grave accident de la route. Fabrice reste aveugle, à demi paralysé, et souffre d'un lourd traumatisme crânien. Le calvaire commence, pour lui et pour toute sa famille. 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 a créé une association "Victimes en colère" dont le site (<http://www.victimes.org>) 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.

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

Roland Boulengier, 56 ans, était professeur de langues. 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.

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

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. *Edition 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 ».

Mes neurones et moi

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. 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/>

Handicap, silence, on discrimine

Anne KERLOC'H
Editions du Cherche-Midi, 2005

Sans que les intentions soient ouvertement proclamées, notre société s'est organisée pour rejeter les personnes en situation de handicap, que ce soit au niveau du travail, des études, des loisirs, des crédits, des assurances, des transports. Ce livre est un appel urgent à lutter contre des comportements aberrants, souvent dus à l'ignorance et à la peur devant le handicap. Ce « livre noir » sous forme de témoignages, interpelle sur la réalité crue du handicap au quotidien et transforme en profondeur notre regard en invitant à l'action immédiate.

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, 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.

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. Une vraie mine d'idées ! Pour l'obtenir :

- soit sur place : IDJ, rue au Bois 11 à 1150 Bruxelles - ☎ : 02 772 70 20 - e-mail : ijd@idj.be
- 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

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, ... 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 à 1000 Bruxelles
mail : conny.vanimpe@minsoc.fed.be
Texte intégral disponible sur <http://socialsecurity.fgov.be/guide/homepage.htm>

«Guide de la Re-conduite automobile après perte d'autonomie »

Le GEH annonce la ré-édition de son guide disponible gratuitement aux différents bureaux régionaux de l'AWIPH ainsi qu'à son service documentation (☎ : 071 / 205 745)

Le handicap invisible ? Quelques pistes pour y faire face au quotidien...

La Braise édite une brochure détaillant les conséquences de la cérébrolésion qui pèsent lourdement sur les activités de la vie quotidienne. L'information peut contribuer à une meilleure qualité de vie tant pour la personne que pour son entourage. La brochure propose différents moyens concrets qui permettent à la personne d'être plus autonome. Pour obtenir cette brochure, envoyez votre adresse ainsi que deux timbres de 0,46 € à : La Braise Centre Ressources, rue de la Vigne 56 à 1070 Bruxelles



Un groupe de neuropsychologues, logopèdes et ergothérapeutes belges viennent d'éditer une nouvelle brochure à l'intention des familles :

Vivre avec le syndrome de Korsakoff

Comme toute maladie de la mémoire, le syndrome de Korsakoff est une pathologie complexe qui handicape insidieusement la vie quotidienne de celui qui en souffre et de son entourage.

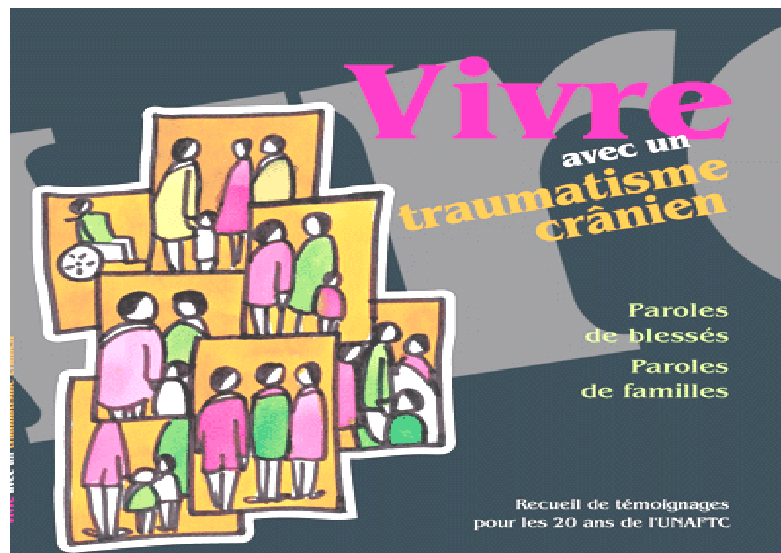
Une brochure informative a été rédigée par un groupe de professionnels de différents hôpitaux francophones.

Vous y trouverez des informations sur la maladie et ses caractéristiques, la mémoire et ses troubles, des exemples des difficultés rencontrées dans la vie quotidienne, des exemples concrets, la prise en charge et enfin une "mise à jour" sur les idées fausses les plus souvent entendues autour de cette pathologie.

Pour vous informer et vous procurer cette brochure, vous pouvez contacter :

Régions	Contacts	Coordonnées
Région liégeoise	Marie-France BRANDT	Clinique Psychiatrique des Frères Alexiens 087 59 32 11
	Marie-France BADOU, Marie-Jo FOIDART ou Christelle MARECHA	Clinique de l' IPAL-Site Pèrî 04 225 87 1
Namur - Luxembourg	Kathleen CUISENAIRE, Valérie KINDT ou Rémy LECLERE	Hôpital Psychiatrique du Beau Vallon 081 72 11 11
	Christine GILSON, Danielle ROBA ou Jocelyne VERGAELLEN	Hôpital Neuro-Psychiatrique Saint-Martin 081 30 28 86
Hainaut	Valérie BOURGEOIS ou Bérangère HENRY de FRAHAN	Centre Psychiatrique Saint-Bernard 064 54 14 09
Bruxelles et Brabant wallon	Catherine Godin	La Ramée 02 344 18 94
		Fond'Roy 02 375 44 93

LE NOYAU nous annonce la parution de :



Vivre avec un traumatisme crânien - Paroles de blessés- Paroles de familles

A l'occasion de ses 20 ans d'existence, l'UNAFTC (association française d'aide aux familles de traumatisés crâniens) a lancé un appel auprès des adhérents des Associations afin de recueillir leurs témoignages. Certains, parmi les lecteurs de Traits d'Union ont d'ailleurs répondu à cet appel.

Les textes intégrés dans le livre (plus de 50) sont très variés, dans leur dimension comme dans leur forme : certains de leurs auteurs ont signé, d'autres ont préféré l'anonymat. Nombreux sont parmi vous, blessés ou familles, qui se reconnaîtront dans ce qui y est évoqué.

Mais nous avons essayé, Françoise Foret et moi, tout en respectant pleinement le sens des témoignages, de présenter ces textes de manière à ce qu'un lecteur étranger à notre expérience commune du traumatisme crânien puisse y pénétrer et mieux la comprendre.

Il faut souhaiter qu'une large diffusion de ce livre contribue à une meilleure connaissance du traumatisme crânien et de ses conséquences. Ce qui s'exprime ici, c'est le désespoir, l'angoisse, la révolte, l'amertume, mais aussi les efforts faits pour émerger, se reconstruire et retrouver une place dans la société.

Nombreuses sont, naturellement, les références au rôle positif des Associations de Familles, lieux d'entraide et de solidarité, lieux aussi de recherche commune de solutions.

Si vous souhaitez acquérir ce livre,
vous pouvez vous adresser à l'association Le Noyau (Muriel MINET) :
☎ : 071/ 451343 - mail : muriel.minet@skynet.be

PRIX : 10 € à verser sur le compte du NOYAU : 068-2125094-45



Les fascicules de ReVivre

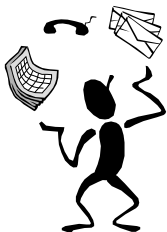
Nous vous rappelons que l'association ReVivre distribue gratuitement les fascicules reprenant le texte des conférences organisées depuis 1999 :



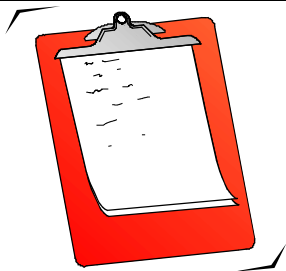
- L'épilepsie (par le Dr Gillis)
- Les examens médicaux (par le Dr Liard)
- Les troubles de la mémoire (par P. Fery)
- Douleurs et cérébrolésions (par le Dr Gazagnes)
- L'expertise et l'indemnisation du traumatisé crânien (par Me de Callatay)
- La rééducation des troubles de la mémoire (par F. Coyette)
- 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)
- Des mots aux phrases, des phrases aux énoncés, d'où proviennent les malentendus ? (par V. Chavet et G. Mary)
- Les allocations pour personnes handicapées (par G. Marlière)
- La fatigue après lésion cérébrale (par le Dr Gazagnes)
- Famille patiente, famille soignante, quelle place pour la famille ? (par N. Bosman)

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)



Bon à noter ...

Académie des Arts : c'est gratuit !

Jean-François nous communique le minerval pour les académies des Arts de la Communauté Française est gratuit pour les personnes handicapées, sur présentation de la carte d'identité, d'une attestation de l'AWIPH ou du Service Bruxellois Francophone des Personnes Handicapées (Cocof) ou de la Prévoyance Sociale. Rien ne vous empêche donc de vous épanouir dans l'apprentissage d'un art, qu'il s'agisse de la peinture, la photographie, la musique, le chant, ...

Mobistar : tarif social

Mobistar lance le Tarif Social pour la téléphonie : remise pour les abonnés pouvant atteindre 12 € sur leur facture mensuelle ; 3.10 € de crédit d'appels pour les clients Tempo.

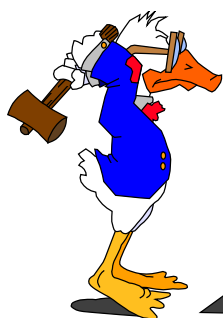
Ce tarif est notamment destiné aux personnes ayant un handicap d'au moins 66 %, aux plus de 65 ans disposant de revenus limités, aux personnes bénéficiant d'un revenu d'intégration (pour cette catégorie, le Tarif Social n'est accordé que sur les cartes Tempo). Pour bénéficier de ce Tarif Social : se rendre dans un point de vente Mobistar ou appeler le service clientèle au numéro gratuit 5000 depuis un GSM Mobistar (ou 5100 pour les clients Tempo) ou au numéro 0495 95 95 00 (tarif normal).

Consulter aussi le site : www.mobistar.be/tarifsocial

Pourvu que les autres opérateurs proposent aussi prochainement un tarif social ...



« Internet pour tous »



Le gouvernement fédéral a décidé de tout mettre en œuvre pour rendre l'Internet et les ordinateurs accessibles au plus grand nombre, cette technologie étant maintenant considérée comme un produit de première nécessité comme l'eau et l'électricité.

Sur l'initiative du Ministre de l'Emploi et de l'Informatisation, le gouvernement propose donc à chaque citoyen le package « Internet pour tous » qui comprend un ordinateur et tous les logiciels nécessaires + une connexion Internet à large bande valable 1 an + un lecteur de cartes à puce compatible avec la carte d'identité électronique + l'installation de base gratuite + une formation de base. Ce package est en vente jusqu'au 31 décembre 2006.

Tous les packages agréés portant le logo « Internet pour tous » ont un prix de vente de maximum 850 € pour un package avec un ordinateur fixe et 990 € pour un package avec un ordinateur portable.

Vous bénéficiez également d'un avantage fiscal : vous pouvez déduire 21 % du prix d'achat (hors TVA) de votre package via votre déclaration d'impôt 2007.

Pour plus d'informations :

- dépliant à La Poste
- site internet : www.internetpourtous
- site internet : www.belgium.be

FORMATION EN INFORMATIQUE



Le service d'accompagnement Bataclan organise depuis septembre une formation en informatique, à raison de 2 jours/semaine (les mardis et jeudis de 10h à 16h) sur une durée de 3 mois.

Le groupe des participants est composé de 8 personnes.

Le formateur vient du centre de formation le CTV en collaboration avec l'ACIH avec des subsides du Fond Européen.

La formation propose d'acquérir les bases en informatique : word, excel, internet, mail, windows, ... mais elle s'adapte aussi à la demande des participants.

Les locaux sont adaptés pour des personnes à mobilité réduite.

Si vous souhaitez dans le futur, participer à une formation en informatique, prenez contact avec le Bataclan.

Dès que le nombre de candidats sera suffisant, ils pourront prévoir une nouvelle formation.

Pour plus de renseignements :

Bataclan

rue général BERNHEIM 31

1040 Bruxelles

☎ : 02 / 646 30 13

fax : 02 / 646 07 28

mail : bataclan@swing.be

Site internet : <http://users.swing.be/bataclan>

FORMATION EN INFORMATIQUE

Au programme 2006-2007 :

- Modules I (initiations) en Environnement PC et Système d'exploitation, en Traitement de Texte, en Multimédia
- Modules II (développement) en Traitement de Texte, en Multimédia, en création de Blogs
- eTIClearning (I) et (II) pour des groupes homogènes et sur une durée de 15 à 17 sessions de 3heures
- cours particuliers à la demande (en access, powerpoint, excel, création de sites, etc.)
- Teknoplus (handiplus asbl) est opérateur TIC reconnu par l'ORBEM
- Surf toute l'année (inscription obligatoire), tous les jours de la semaine sauf mardis matins de 10h à 12h30' et de 13h30 à 16h45

Pour tout renseignement :

Handiplus asbl

Rue Beckers 117

1040 Bruxelles

☎ : 02 646 34 76

Fax: 02 646 34 79

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





« Ma commune sur la bonne voix ! »

A l'occasion des élections communales et provinciales du 8 octobre 2006, l'ACIH-AAM - mouvement social de personnes malades, valides et handicapées - a mené une large campagne de communication « Ma commune sur la bonne voix » afin que la personne handicapée ait toute sa place dans la commune en tant que citoyenne mais aussi en tant qu'acteur politique.

A cet effet, l'ACIH-AAM a formulé des revendications concernant 8 thématiques : l'accessibilité aux infrastructures, le transport, le logement, l'emploi, les sports et la culture, l'accueil scolaire et extrascolaire, les affaires sociales ainsi que la participation et le soutien aux associations.

Au travers de son mémorandum illustré non sans humour, l'ACIH-AAM interpelle les candidats aux élections communales pour qu'ils y soient attentifs et qu'ils gardent le handi' CAP tout au long de leur mandat.

Les préoccupations du mouvement sont l'affaire de tous. L'ACIH-AAM a conçu également un folder qui s'adresse également à l'ensemble des citoyens pour qu'ils mettent la commune sur « la bonne voix ».

Pour recevoir le mémorandum gratuitement , contactez :
Secrétariat général ACIH-AAM asbl
Chaussée de Haecht, 579 BP 40
1031 Schaerbeek
02/246 42 26

Le mémorandum est également téléchargeable sur le site : www.acih-aam.be



Surfons sur Internet



Les nouveautés !

Encourageant !

Nous avons reçu un courriel de Monsieur Fernand MIGEAL, cérébrolésé depuis 1982. Monsieur MIGEAL est secrétaire du Groupe APHASI-LUX et fait de l'informatique depuis 4 ans, il en est même mordu car il a créé son propre site « www.aphasilux.be ».

Ce site vous explique l'aphasie et propose l'historique, les objectifs, le rôle, les activités et l'album-photo d'Aphasi-Lux. Il est régulièrement mis à jour et donne toutes les informations concernant les activités d'Aphasi-Lux.

Bravo Monsieur MIGEAL car votre exemple donnera force et courage à vos « collègues dans la maladie ».

Site internet : www.aphasilux.be

Carnet de communication pour personnes aphasiques

Le « SACCC » ou « Support à l'Apprentissage et à la Création de Carnets de Communication » est un outil informatisé au service des logopèdes, des aphasiques et de leur entourage. Il est réalisé au Centre Neurologique William Lennox (Ottignies) par Michel Frédérix, un logopède qui, depuis plus de 20 ans, ne travaille qu'avec des patients aphasiques.

Le site propose une information intéressante et détaillée sur la communication (verbale et non verbale) de la personne aphasique. Il permet une réalisation rapide (dans certains cas, dès la phase aiguë de l'aphasie) de carnets d'aide à la communication. Du fait de leur réalisation informatisée, ces carnets « de base » sont aisément adaptables aux besoins spécifiques et successifs de chaque patient. Il fournit aussi des exercices destinés à l'apprentissage de l'organisation et de l'utilisation des carnets. Il contient enfin de très nombreux liens avec d'autres sites relatifs à l'aphasie, la logopédie, les logiciels destinés aux personnes cérébrolésées, ...

Site internet : <http://www.saccc-lennox.com/>

« L'accident vasculaire cérébral : quelques réponses à vos questions »

Le site internet des Hôpitaux Universitaires de Genève vous propose de télécharger un fascicule d'informations aux patients concernant l'accident vasculaire cérébral. Ce livret d'une vingtaine de pages propose des explications claires et détaillées sur l'AVC, les facteurs de risques, les signaux d'alerte, l'hospitalisation et la rééducation.

Site internet : <http://www.hug-ge.ch/>

(cliquer sur la rubrique « Communication » puis sur « Publications » et enfin sur « Brochures spécialisées »)

« Soyez fourmi et pas cigale ! » : trois sites « pas chers ! »

Parfois inaccessible car victime de son succès, ce portail francophone vous fait découvrir tout ce qu'il y a de gratuit sur internet : des échantillons, des infos, des logiciels, des moyens de communication gratuits, etc. Bref, des bons plans, des pubs intéressantes ... Un site Internet à visiter, même si vous n'êtes pas un adepte du shopping sur le net !

Site internet : <http://www.radins.com/>

Dans le même genre, le site de petites annonces gratuites et en tout genre : bonnes affaires, immobilier, service, emplois, véhicules, ...

Site internet : gratuit.com

IDJ propose un site très vaste consacré aux loisirs, aux formations, aux activités sportives, aux activités gratuites, ... vous propose une rubrique « Bruxelles gratos » qui porte bien son nom !

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

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

L'APHASIE

Le site de l'association Ensemble (groupe des cérébrolésés de Liège et environs) 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



LA BRAISE

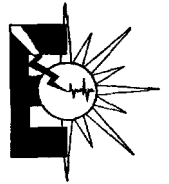
La Braise (qui s'occupe depuis 10 ans, de personnes présentant une lésion cérébrale) présente ses différentes structures sur son site : centre de jour, service d'accompagnement, centre de réadaptation cognitive et centre ressources.

Site internet : www.labraise.org .

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>



EPILEPSIE ... ? ET PUIS ?! - EPILEPSYWHAT !

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>

MES NEURONES ET MOI!

A partir de douze histoires, ce site nous permet de découvrir divers troubles neurologiques : hyperkinésie, dépression, schizophrénie, plasticité du cerveau, maladie d'Alzheimer, maladie de Parkinson, locked in syndrom, ...

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

*** 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 LE CERVEAU

Site français de la Fédération pour la Recherche sur le Cerveau qui propose des informations, de l'actualité, ... sur le sujet.

Site internet : www.frc.asso.fr

INFORMATIONS SUR LES TROUBLES NEUROPSYCHOLOGIQUES

Ce site de l'Association des Paralysés de France propose notamment dans sa rubrique médicale des informations très détaillées sur les troubles neuropsychologiques après lésion cérébrale : mémoire, praxies, attention, gnosies, fonctions exécutives, ...

Dans chaque rubrique, il est possible de cliquer sur certains mots pour accéder à des articles plus fouillés sur le sujet.

Site internet : <http://www.moteurline.apf.asso.fr/>



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

INFORMATIONS 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.

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

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 et <http://handiplus.magusine.net>

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

Requiescit in CROCOS

CROCOS.BE est une asbl créée par des chaisards actifs et des professionnels pour améliorer la qualité de vie et l'intégration des chaisards : 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



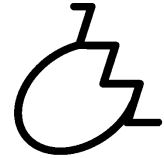
ACCESCITY BRUXELLES

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...). Il propose aussi un trimestriel « Entrevoi ».
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 « Handylogue ».
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.

rue du Temps des Cerises 2/272 à 1150 Bruxelles

☎ / Fax : 02 / 772 19 52

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 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 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

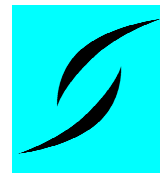
Ce site propose le « *Guide de la personne handicapée* », les dispositions en matière de carte de stationnement, les allocations aux personnes handicapées (description, formulaire, montants, ...), ...

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, ...). Plusieurs communes 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>



***« Ne crains pas d'avancer lentement.
Crains seulement de t'arrêter »
(proverbe chinois)***

A méditer

de la part de Dominique

Il était une fois quatre individus qu'on appelait

Tout le monde

Quelqu'un

Chacun

et

Personne

Il y avait un travail important à faire.

Et on avait demandé à *Tout le monde* de le faire.

Tout le monde était persuadé que *Quelqu'un* le ferait.

Chacun pouvait l'avoir fait.

Mais ce fut *Personne* qui le fit.

Quelqu'un se fâcha car c'était le travail de *Tout le monde* !

Tout le monde pensa que *Chacun* pouvait le faire.

Et *Personne* ne doutait que *Quelqu'un* le ferait.

En fin de compte, *Tout le monde* fit des reproches à

Chacun parce que *Personne* n'avait fait

Ce que *Quelqu'un* aurait pu faire ...

Moralité ...

Sans en vouloir à *Tout le monde*

Il serait bon que *Chacun*

Fasse ce qu'il doit

Sans nourrir l'espoir que

Quelqu'un le fera à sa place

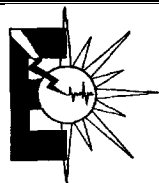
Car l'expérience montre que

Là où on attend *Quelqu'un*

Généralement on ne trouve « *Personne* » ...

« PAGE OUVERTE »

les nouvelles des autres associations



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

« Freedom in Mind »

Le programme "Freedom in Mind", lancé par l'International Bureau for Epilepsy, en collaboration avec la firme UCB, s'adresse aux personnes ayant une épilepsie et aux médecins. Il vise à encourager une bonne communication pour la gestion optimale de l'épilepsie.

Toute personne ayant eu ou ayant encore une épilepsie peut y participer, indépendamment de son âge, lieu de résidence et du traitement suivi.

Ce programme invite les personnes du monde entier concernées ainsi par l'épilepsie à envoyer une création artistique (dessin, peinture, photographie, poème...) reflétant le sentiment que leur inspire une vie dépourvue de crise.

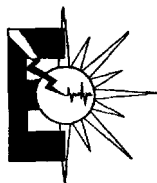
Différentes expositions intitulées "Freedom in Mind" seront créées à partir des œuvres reçues pour faire connaître les espoirs et les aspirations qu'un futur libre de crises représente pour les personnes qui vivent avec l'épilepsie. Ces expositions seront présentées dans une sélection de congrès médicaux internationaux au cours de l'an prochain.

Les formulaires de participation et l'information utile sont disponibles via info@freedominmind.com ou sur www.ibe-epilepsy.org (" What's new ? ") (site en anglais).

Vous pouvez aussi contacter la Ligue francophone Belge contre l'Épilepsie:
Avenue Albert 135
1190 Bruxelles
☎ : 02 / 344 32 63

« PAGE OUVERTE »

les nouvelles des autres associations



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

Jeudi 23 novembre 2006 de 13 H 30 à 15 H

REUNION-RENCONTRE

Organisée par la LFBE et le Centre Neurologique William Lennox (CNWL)

Lieu : CNWL Allée de Clerlande 6 – 1340 Ottignies

Contact :

LFBE, Mme Gillis ☎ : 02 / 344 32 63 (mardis et jeudis)

ou CNWL : Mme Courtois ☎ : 010 / 43 02 90 (lundis et jeudis)

Pour plus d'informations :

Ligue francophone Belge contre l'Epilepsie asbl

Avenue Albert 135

1190 Bruxelles

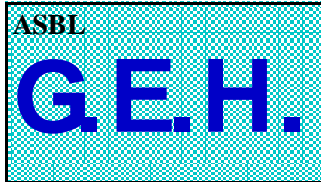
☎ : Anne Discart : 02 / 344 32 63

mail : epilepsie.lfbe@skynet.be et info@ligueepilepsie.be

site internet : www.ligueepilepsie.be

« PAGE OUVERTE »

les nouvelles des autres associations



GROUPE D'ENTRAIDE POUR HÉMIPLÉGIQUES

Le GEH liquide, au prix de 10 €, son stock de cassettes vidéo didactiques :

**« Hémiplegie :
Rôle de l'infirmier(e)
dans le positionnement et le transfert »**

Cette cassette est destinée aux infirmier(e)s et aide-soignant(e)s des Institutions hospitalières, des services de soins à domicile, des maisons de repos ainsi qu'aux écoles concernées ... mais aussi aux proches des personnes atteintes d'affections neurologiques.

Cette réalisation a pour but d'insister sur les « Principes et précautions indispensables lors des manipulations de l'hémiplegique », afin d'éviter toute manœuvre inadéquate pouvant entraîner des conséquences fâcheuses et empêcher une récupération maximale.

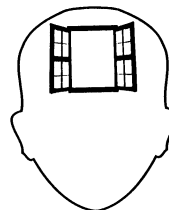
Renseignements :

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

« PAGE OUVERTE »

les nouvelles des autres associations

Memento



Memento vous convie à son événement-phare de l'année 2006,
sponsorisé par le Rotary



Concert de la chorale « *Les Pastoureaux* »

*Petits Chanteurs de Waterloo et de Louvain-la-Neuve
sous la direction de Philippe Favette*

le samedi 25 novembre 2006 à 19 heures
Eglise SS. Jean et Etienne
rue des Minimes 62 à Bruxelles (Sablon)

Pour tout renseignement, contactez J.-M. Bourgoignie :

☎ : 02 / 672 60 48 Fax : 02 / 673 19 16

e-mail : jmbourgoignie@scarlet.be

« PAGE OUVERTE »

les nouvelles des autres associations



SE COMPRENDRE

Groupe de personnes aphasiques

- Secrétariat :

Mme Viviane Speleers

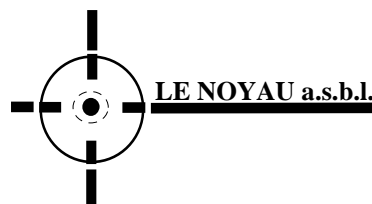
Chaussée de Louvain 795 à 1140 Bruxelles

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

mail : viviane.speleers@belgacom.net

- 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 Woluwe-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

Prochaine activité :

- 8 décembre 2006 : Etats Généraux

- **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 à 20 heures (6 novembre - 4 décembre 2006), 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).

Pour plus de renseignements, contactez :

Mme C. CHAMPAGNE ☎ : 063 / 23 94 72

Mme FINCOEUR ☎ : 061/31 16 60

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
- un mercredi par mois à Berchem-St-Agathe

Prochaine activité :

- dimanche 19 novembre 2006 : dîner annuel à Louvain-la-Neuve

Action :

Par esprit de solidarité, le GEH collecte des bouchons en plastique (bouteilles d'eau, de limonade, ...) qui sont vendus à une société liégeoise par Patrick J (sympathisant GEH). L'argent récolté est 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.

Pour toutes informations complémentaires, contactez :

- ☎ : 010 / 81 68 46 ou 010 / 43 02 90
- 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
- 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, excursions, restaurants, ...

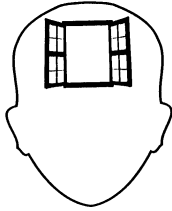
Pour tous renseignements, contactez :

Geneviève Dillen, Openluchtveld, 5 à 1701 Itterbeeck

☎ : 02 / 567 04 28 ou 0495 / 52 10 42

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 (6 novembre et 4 décembre 2006).

Prochaines activités :

- mardi 14 novembre 2006 : visite de l'exposition « Sphinx, les gardiens de l'Égypte »
- samedi 16 décembre 2006 : fête de Noël

Pour tous renseignements, contactez :

☎ J.-M. Bourgoignie : 02 / 672 60 48 Fax : 02 / 673 19 16
mail : jmbourgoignie@scarlet.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

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

mail : La.Braise@skynet.be



LE BATACLAN

rue général BERNHEIM 31
1040 Bruxelles

☎ : 02 / 646 30 13

fax : 02 / 646 07 28

mail : bataclan@swing.be

Site internet : <http://users.swing.be/bataclan>



Fondation
travail et santé

FONDATION TRAVAIL ET SANTE

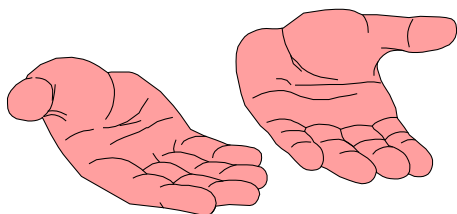
Rue Berckmans 148 à 1060 Bruxelles

☎ : 02 / 534 26 81

fax : 02 / 534 55 80

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 joies ou de gueules,
vos témoignages,
vos idées, vos questions !*

Nous espérons de tout coeur rencontrer vos attentes.

Merci d'avance !

*Djamel, Jean-Luc, Nathalie, Eric(s), Jean-François, Daniel,
Brigitte, Bernard, Marie-Ange, Dominique, 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 samedi 9 décembre 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 conférence du samedi 3 février 2007

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 samedi 3 mars 2007

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)
- Des mots aux phrases, des phrases aux énoncés, d'où proviennent
les malentendus ? (par V. Chavet et G. Mary)
- Les allocations pour personnes handicapées (par G. Marlière)
- La fatigue après lésion cérébrale (par le Dr Gazagnes)
- Famille patiente, famille soignante, quelle place pour la famille ?
(par N. Bosman)

Participation aux frais d'envoi :

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

ATTENTION !!!

Afin que nous puissions mettre à jour notre « carnet d'adresses », nous vous prions de nous renvoyer le talon ci-dessous. L'objectif est aussi de réduire les frais d'envoi en envoyant notamment le journal par mail à ceux qui le désirent.

Sans nouvelles de votre part, ce journal sera le dernier que vous recevrez !

Talon à renvoyer avant le 15 décembre 2006 à Valérie Chavet
- par adresse postale : 4 rue des Pâquerettes à 1030 Bruxelles
- par fax : 02 242 71 06
- par mail : valerie@joye.tuxeo.net
- par téléphone (de préférence en journée) au 02 216 77 62

Nom
Prénom

désire recevoir le journal « Trait d'union » oui – non

si oui,

J'accepte de le recevoir exclusivement par mail

Mon adresse mail :

Je désire le recevoir par courrier

Mon adresse :
.....
.....