

la tulipe

TRIMESTRIEL N°3
JUILLET
AOÛT
SEPTEMBRE
2025

*La magie,
c'est de croire en toi.
Si tu peux le faire,
tu pourras tout faire*

Goethe



« Tou.te.s Ensemble bien plus fort.e.s »

Chers Membres APK, Chèr.e.s sympathisant.e.s, Chèr.e.s Ami.e.s,

L'alliance entre les Arts et les Sciences est notre meilleur atout vers l'épanouissement.

Nous ne sommes pas la maladie de Parkinson, nous l'avons seulement rencontrée sur notre chemin de Vie, et notre créativité, suscitée par l'Art et la Science, construit notre humanité.

A l'occasion de notre Journée Mondiale Parkinson, nous avons voulu nous le rappeler, car l'avenir nous appartient.

Et c'est dans cette mouvance d'une Santé intégrative qui nous préserve sur le plan médical, mais aussi économique, social, et culturel que nous avons accueilli, cette année au CEME à Charleroi, des Personnalités inspirantes à notre participation active dans cet organigramme largement multidisciplinaire dont nous faisons partie.

Nous avons eu l'honneur d'y écouter et d'échanger en toute sympathie avec Monsieur le Professeur Yves COPPIETERS, médecin épidémiologiste et Ministre de la Santé, de l'Environnement, des Solidarités et de l'Économie sociale du Gouvernement Wallon, et Ministre de la Santé, de l'Égalité et des Droits des Femmes du Gouvernement de la Communauté française de Belgique.

Monsieur le Ministre COPPIETERS nous a effectivement emmené dans son dévouement enthousiaste à poursuivre la construction de notre système de Santé, sur la base d'actions en compétences et en expériences de terrain, en toute concertation.

Nous y avons aussi entendu Madame Ayse AKTAS, Echevine de la Santé de la ville de Charleroi, représentante du Bourgmestre, pour une vision particulièrement déjà riche en actions et projets.



L'Art-thérapie y a été brillamment présentée par Madame Viviane SERON, dramathérapeute et responsable du pôle Arts-thérapies et Santé culturelle à l'Institut Rafaël de Paris dirigé par Monsieur le Professeur Alain TOLEDANO.

En continuité, Monsieur le Professeur Gaetan GARRAUX, neurologue et chercheur, chef de clinique au CHU de Liège, Professeur de Biochimie et de Physiologie à l'Université de Liège et Maître de recherche au FNRS (Fond de la Recherche Scientifique) nous a montré que la Science nous ouvre à un avenir toujours plus optimiste, en symbiose avec l'Art de vivre.



En ce qui me concerne, j'y ai rappelé les nombreuses démarches, actions et projets de notre Association pour l'information, la sensibilisation et l'accompagnement autour de la maladie de Parkinson avec, notamment, notre mouvance « Park@Move » parrainée par Monsieur Jean Michel SAIVE, président du Comité Olympique et Interfédéral Belge, et l'Ecole de Vie rencontrant plus largement les besoins et les attentes que la simple éducation thérapeutique.

Sommaire

Ainsi que notre collaboration active avec la « Non Pharmacological Intervention Society » présidée par le Monsieur le Professeur Gregory NINOT du CHU de Montpellier, pour mettre en exergue la juste utilisation efficace des interventions non médicamenteuses pour la préservation du bien être et en soutien aux traitements médicamenteux et neurochirurgicaux eux aussi de plus en plus performants.

Il est impératif de soutenir la Recherche et les Arts qui sont le fil d'Ariane entre notre identité et notre humanité.

Cette journée se conclura par des ateliers de découverte auxquels vous avez largement participé (le chant, la boxe sans contact, la sonothérapie, la nutrithérapie, l'équilibre).

« Seuls l'art et la science élèvent l'homme jusqu'à la divinité »

Ludwig van Beethoven

« Savoir, pour prévoir, afin de pouvoir »

Auguste Comte

Avec notre Directrice Virginie DIRICK et l'équipe des employé.e.s, les membres du comité scientifique et humaniste et les membres du conseil d'administration nous nous réjouissons de poursuivre avec vous car « Ensemble bien plus fort.e.s ».

Nous vous remercions pour votre confiance.

Gianni FRANCO

Président APk

Journée Mondiale Parkinson 2025

Les photos de la Journée Mondiale Parkinson 2025 4-7

Discours d'ouverture 8-9

Prise de parole à l'occasion de la Journée Mondiale Parkinson 2025 10

Nouveautés thérapeutiques pour mieux soigner les personnes concernées par la maladie 11-13

Les Arts-thérapies en santé intégrative : des approches multidimensionnelles et multisensorielles intégrées au parcours de soin 14-16

Atelier boxe 17

Atelier équilibre 18-19

Atelier nutrithérapie 20-21

Atelier sonothérapie 22-23

Présentation des stands 24-31

L'APk s'agrandit

Vous informer...
Les aides à la mobilité 34-36

Témoignages 37-43

Echos de nos antennes
Echos de C. Burnotte, V. Sanders et C. Tercafs 44-59

Formation permanente 60-61

Les rendez-vous de nos antennes
Nos activités locales et externes 62-75

Nos activités locales et externes 76

Jeux et loisirs 77

Le contenu des textes dans ce magazine reste sous la responsabilité de ses auteurs/trices.

INFORMATIONS

Lieu : **CEME - Charleroi Espace Meeting Européen**
Rue des Français 147,
6020 Charleroi

081/56.88.56

info@parkinsonasbl.be

www.parkinsonasbl.be

Soutenez-nous !

Compte pour les dons :
BE62 7320-4260-3461

Communication :

"Don + Nom + N° national et/ou n° d'entreprise de la banque carrefour pour les personnes morales et les sociétés"



Certaines vidéos et photos prises pendant l'événement peuvent être utilisées à des fins d'illustrations. Si vous n'y consentez pas, veuillez envoyer un courriel à info@parkinsonasbl.be ou composer le 081/56.88.56.

Ne pas jeter sur la voie publique

PROGRAMME 2025 JOURNÉE MONDIALE PARKINSON

SAMEDI 12 Avril - CEME de Charleroi

INSCRIPTION GRATUITE OBLIGATOIRE

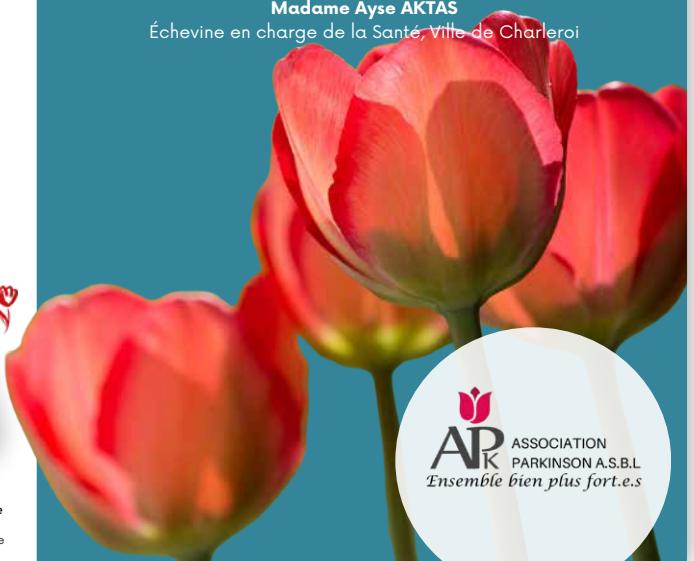
Sous le patronage et avec l'intervention de

Monsieur Yves COPPIETERS

Ministre en charge de la Santé, de l'Environnement, des Solidarités et de l'Economie sociale, Région Wallonne et Fédération Wallonie Bruxelles

Madame Ayse AKTAS

Échevine en charge de la Santé, Ville de Charleroi



PROGRAMME

MATIN

DÈS 9H30 : ACCUEIL & INSCRIPTION AUX ATELIERS

10H00 - 10H30 :

ACCUEIL & PRÉSENTATION DU PROGRAMME

Mme Virginie DIRICK, Directrice en compagnie de la Chorale de l'Antenne de Liège accompagnée de leur chef de choeur Céline Johanne

10H30 - 12H00 : CONFÉRENCES

- Maladie de Parkinson

Ecole de Vie & Interventions Non Médicamenteuses

Dr Gianni FRANCO, Neurologue et Président APk

- Arts-thérapies :

Des approches intégratives par la création

Mme Viviane SERON,

Chercheuse en art-thérapie de l'Institut Rafael à Paris

- Nouveautés thérapeutiques

Prof. Gaëtan GARRAUX, Neurologue ULg,

Groupe MoVeRe, Membre du Comité Scientifique APk

TEMPS DE MIDI : Foodtrucks & Stands

De 12h à 13h30

Croques (choix végétarien)

ou

Burgers-Frites (possibilité pain sans gluten)



Réservation au moment de l'inscription : 10€/personne

APRÈS-MIDI

13H30 - 14H30 : ATELIERS

- Boxe sans contact - M. NOIRHOMME
- Nutrithérapie pratique - I. BACCOUCH
- Sonothérapie - M. LECAPITAINE & R.S. FLEMING
- Prévention chutes - O. DEHARYNCK

14H30 - 15H00 : PAUSE CAFÉ & STANDS

15H00 - 16H00 : ATELIERS

16H00-16H30 : CLÔTURE DANS LA GRANDE SALLE

STANDS

- Stand information APk
- Stands Respect seniors, Aidants Proches, Luminothérapie, TK Home,...



Journée Mondiale Parkinson 2025



Journée Mondiale Parkinson 2025



Journée Mondiale Parkinson 2025



DISCOURS D'OUVERTURE

DE LA JOURNÉE MONDIALE PARKINSON 2025

Par Monsieur le Ministre Yves COPPIETERS,

Ministre en charge de la Santé, de l'Environnement, des Solidarités et de l'Economie Sociale,
Région Wallonne et Fédération Wallonie Bruxelles.

Mesdames et Messieurs,

Chers collègues, chers experts,
chers citoyens,

C'est un honneur pour moi de m'adresser à vous aujourd'hui pour aborder une question de santé publique qui touche, de manière intime et profonde, de nombreuses personnes en Wallonie, ainsi que leurs familles et leurs proches : la maladie de Parkinson.

La maladie de Parkinson est l'affection neurodégénérative la plus répandue après la maladie d'Alzheimer. On estime que 30 000 à 35 000 personnes souffrent de la maladie de Parkinson [en Belgique](#), soit environ 2,5 personnes pour 1000 habitants.

Cette maladie, qui résulte du déficit d'un neurotransmetteur, la dopamine, dans une région profonde du cerveau responsables du contrôle des mouvements, entraîne tremblements, rigidité musculaire, troubles de l'équilibre, et souvent, une fatigue extrême. Ces symptômes ont un impact significatif sur la qualité de vie des patients, sur leur autonomie, et sur la vie de ceux qui les entourent.

Le nombre de personnes atteintes de la maladie de Parkinson est en augmentation et de plus en plus de situations sont observées chez des patients plus jeunes, âgés de 45 à 55 ans. Les causes exactes de la maladie restent encore inconnues, mais les facteurs environnementaux semblent renforcer très sensiblement l'apparition de la maladie, ce qui pourrait expliquer l'augmentation des cas observés chez les personnes plus jeunes.

Face à cette réalité, il est impératif que nous, en tant que responsables politiques et acteurs de la santé publique, mettions en place des solutions



concrètes et efficaces pour accompagner ces patients et leurs familles.

Tout d'abord, nous devons continuer à investir dans la recherche scientifique. La compréhension de la maladie de Parkinson, son origine, son évolution et ses traitements, nécessite une collaboration étroite entre les chercheurs, les universités et les institutions publiques.

La Wallonie a toujours été un acteur important dans le domaine de la recherche médicale, et il est crucial que nous soutenions les initiatives qui visent à trouver de nouvelles substances médicamenteuses et d'améliorer les traitements actuels.

Construire un cadre favorable à la santé et réduire les facteurs de risques de maladie est également indispensable pour le bien-être de nos concitoyens, mais aussi pour la soutenabilité de notre système de santé. Cela peut passer par plusieurs actions, notamment l'activité physique régulière et la création d'un environnement favorable à la santé. L'activité physique, qu'elle soit modérée ou intense, joue un rôle crucial en stimulant la production de dopamine et en améliorant la plasticité cérébrale, ce qui peut ralentir la progression des symptômes. Rappelons à cet égard que l'OMS recommande pour un adulte de pratiquer au moins 150 minutes d'activité modérée ou 75 minutes d'activité intense par semaine. En parallèle, créer un environnement favorable à la santé implique de promouvoir des espaces verts, des infrastructures sécurisées pour



FÉDÉRATION
WALLONIE-BRUXELLES



Wallonie

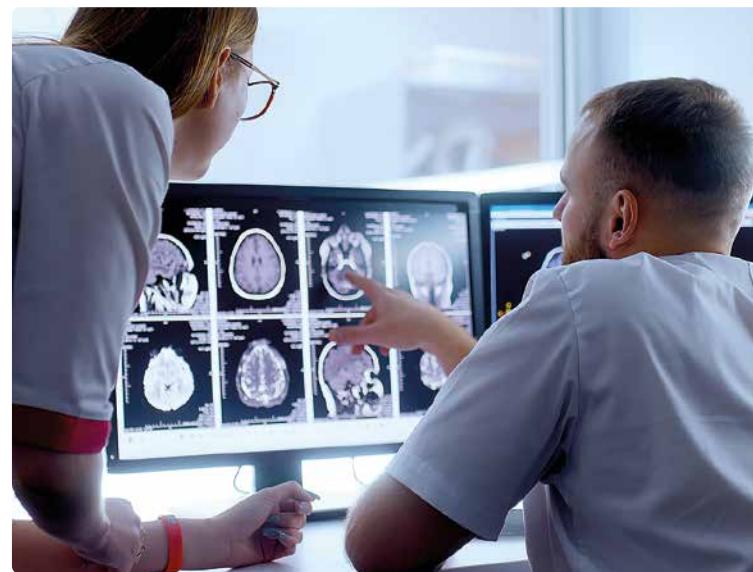
la marche et le vélo, ainsi que des politiques publiques encourageant une alimentation saine et la réduction de l'exposition aux substances neurotoxiques. Ces mesures combinées nécessitent de construire des politiques transversales entre cabinets, ce que nous nous employons de faire.

La prévention ne suffit malheureusement pas. Il est également essentiel de garantir un accès à des soins de qualité pour toutes les personnes touchées par la maladie et un soutien adapté de leurs aidants proches. Cela inclut l'accès à des neurologues spécialisés, mais aussi à des équipes pluridisciplinaires qui peuvent accompagner les patients dans leur quotidien : kinésithérapeutes, psychologues, ergothérapeutes, et travailleurs sociaux. La réforme que nous menons pour redessiner l'organisation de la 1^{re} ligne d'accompagnement et de soins est à cet égard crucial. L'approche territoriale que nous allons développer a pour ambition première de mieux coordonner l'accompagnement des personnes, en tenant compte de leur réalité de vie, de leur environnement social et de leur ancrage communautaire. A partir de l'existant, des structures se développeront avec la mission d'organiser, de manière intégrée et équilibrée, un ensemble d'activités opérationnelles pour renforcer les soins primaires et les dynamiques locales visant à construire des écosystèmes de vie favorable à la santé. Elles développeront également l'articulation entre les organisations, entre les professionnels de première ligne et les professionnels spécialisés pour un système de soins qui gagne en cohérence et en efficacité.

Il nous faut également lutter contre l'isolement : la maladie de Parkinson comme toutes les maladies est l'affaire de tous. Sensibiliser la population à la maladie de Parkinson et à ses répercussions est essentiel pour renforcer la cohésion sociale et conserver ce qui fait que nous faisons société. La participation citoyenne et la solidarité permettent de créer des réseaux de soutien pour les personnes atteintes et leurs proches. C'est une autre dimension importante que nous souhaitons intégrer dans notre réforme de la 1^{re} ligne d'accompagnement et de soins. C'est un élément indispensable si nous voulons bâtir une société plus juste et humaine, où chacun se sent soutenu et valorisé.

Ces réformes s'inscrivent dans une perspective d'avenir. Qu'en sera-t-il dans dix ou vingt ans ? En tant que responsables politiques, il est de notre devoir de préparer le système de santé wallon aux défis qui se profilent. Nous devons travailler à une

meilleure prise en charge des malades de Parkinson à tous les âges et à toutes les étapes de la maladie. Cela passe par un renforcement des structures d'accueil adaptées, des aides à domicile pour les patients les plus fragiles, ainsi que des mesures spécifiques pour les proches aidants qui jouent un rôle



crucial, mais souvent invisible, dans l'accompagnement des malades.

Je tiens à souligner l'importance de la solidarité dans ce combat. L'État, les professionnels de santé, les chercheurs, les associations et bien sûr les familles doivent travailler ensemble pour apporter une réponse efficace et humaine à la maladie de Parkinson. La lutte contre cette maladie ne se mène pas seulement sur le terrain des soins médicaux, mais aussi sur celui du lien social, de l'équité et de la solidarité.

Mesdames et Messieurs,

Aujourd'hui, je réaffirme mon engagement, celui du Gouvernement wallon, à être aux côtés des patients et de leurs proches, à soutenir les recherches, à améliorer les soins et à promouvoir une société plus inclusive et plus solidaire face à la maladie de Parkinson. Nous devons continuer à avancer, avec détermination et avec l'espoir que, demain, la vie avec Parkinson puisse être mieux vécue.

Je vous remercie pour votre attention et pour votre engagement aux côtés de ceux qui souffrent de cette maladie.

PRISE DE PAROLE

A L'OCCASION DE LA JOURNÉE MONDIALE PARKINSON 2025

Par Madame Ayse AKTAS,

Echevine en charge de la Santé, Ville de Charleroi.

C'est avec beaucoup d'émotion et de détermination que nous accueillons cette Journée Mondiale de la maladie de Parkinson ici, à Charleroi.

La maladie de Parkinson est une réalité qui touche de nombreuses vies, bouleverse des familles entières, et rappelle combien il est crucial d'investir dans des politiques de santé inclusives. À Charleroi, malgré un contexte budgétaire exigeant, nous avons fait le choix fort de maintenir – et même de renforcer – nos engagements en faveur de la santé, de l'égalité des chances et de l'accompagnement des personnes en situation de handicap.

Notre ambition est claire : faire de Charleroi une ville où chacun, quelle que soit sa condition de santé, peut vivre pleinement, participer activement à la vie sociale, culturelle et économique. Car une ville inclusive, c'est une ville qui écoute, qui soutient et qui agit.

En cette journée de sensibilisation, nous rendons hommage à toutes celles et ceux qui luttent quotidiennement contre la maladie de Parkinson. Leur courage, leur résilience et leur force sont exemplaires. Ils nous rappellent que la solidarité n'est pas un mot creux, mais une valeur fondamentale.

Je souhaite aussi saluer chaleureusement le travail de l'Association Parkinson et de ses équipes, ainsi que celui de toutes les personnes engagées dans l'amélioration du quotidien des patients. Leur dévouement, leur passion et leur humanité sont une source d'inspiration.

Comme le rappelle si justement votre devise :

**« C'est ensemble
que nous sommes bien plus forts »**



À Charleroi, nous croyons profondément en cette union des forces. Ensemble, nous faisons avancer les mentalités et les droits, et nous semons l'espoir.

Merci pour votre engagement, merci d'être là, et merci de faire battre le cœur de notre ville un peu plus fort aujourd'hui.

Ayse AKTAS

*Échevine en charge de l'Égalité des chances, Intégration, Santé, Famille, Personnes porteuses de handicap.
Ville de Charleroi*



NOUVEAUTÉS THÉRAPEUTIQUES

POUR MIEUX SOIGNER LES PERSONNES CONCERNÉES PAR LA MALADIE

Par le Professeur Gaëtan GARRAUX,

Neurologue ULg, Groupe MoVeRe, Membre du Comité Scientifique APk.

1. Introduction

La maladie de Parkinson affecte le fonctionnement normal de certaines subdivisions du système nerveux central (cerveau) et du système nerveux périphérique. Dans le système nerveux central, on observe notamment une diminution progressive de certaines cellules nerveuses et de leurs connexions. Une des conséquences les plus connues de cette disparition progressive de certaines cellules nerveuses est une diminution des capacités de production et de libération de la dopamine dans certaines régions du cerveau importantes pour le contrôle des mouvements. À l'examen microscopique du cerveau, une autre caractéristique concerne la présence d'amas de protéines enrichis en alpha-synucléine appelés corps de Lewy. Ces anomalies dans le système nerveux apparaissent avant que le diagnostic ne soit posé, avec parfois un délai d'une dizaine d'années ou plus.

À l'heure actuelle, on ne dispose pas (encore) de traitement permettant de ralentir l'aggravation de ces anomalies. Par contre, on dispose bien d'un éventail de stratégies visant à compenser certaines d'entre elles, principalement celles responsables du déficit cérébral en dopamine.

L'objectif de cet article est de présenter un aperçu non exhaustif des nouveautés thérapeutiques dans la maladie de Parkinson. Celles-ci concernent les deux types de stratégies évoquées ci-dessus : celles visant à compenser le déficit cérébral en dopamine (aussi appelés traitements symptomatiques) mais également le développement de traitements destinés à ralentir l'évolution de la maladie.



2. Nouveautés dans le domaine des interventions visant à mieux compenser le déficit cérébral en dopamine

Les personnes atteintes de la maladie de Parkinson disposent déjà de tout un éventail de médicaments à avaler tous les jours voire plusieurs fois par jour principalement pour compenser le manque en dopamine dans le cerveau. Dans la plupart des cas, au fil des ans, leur efficacité devient de plus en plus variable au cours d'une même journée et d'un jour à l'autre. Lorsque cet effet « yoyo » des médicaments administrés par voie orale devient trop gênant, on peut dans certains cas envisager des traitements dits avancés dont certains sont encore au stade expérimental.

2.1. Perfusion de médicaments à l'aide d'une pompe externe

Depuis 2024, trois systèmes de perfusion sont disponibles en Belgique : deux d'entre eux permettent une infusion intestinale tandis que le 3^e fait appel à une administration sous-cutanée. L'objectif principal commun à ces trois traitements est de réduire l'effet yoyo. Chaque système présente ses avantages et ses inconvénients qu'il convient de discuter avec son neurologue. Dans la plupart des cas, initier une perfusion permet de remplacer en totalité ou en partie les médicaments administrés par voie orale.

2.2. Administration cérébrale de médicaments

Encore au stade expérimental de développement, certains sont occupés à concevoir de nouveaux modes d'administration de médicaments directement dans le cerveau soit par l'intermédiaire

d'un implant cérébral relié à une pompe interne placée sous la peau soit à partir d'une greffe de cellules provenant d'autres parties du corps mais qui ont été reprogrammées en neurones capable de libérer de la dopamine. Les premiers résultats chez quelques participants sont intéressants mais doivent bien entendu être étayés sur un plus grand nombre de personnes en terme de risque et d'efficacité. Dans les deux cas, le traitement nécessite une opération neuro-chirurgicale.

2.3. La stimulation cérébrale profonde

La stimulation cérébrale profonde est disponible en Belgique depuis la fin des années 90. Les nouveautés en la matière concernent le développement de stimulateurs (équivalent d'un pacemaker cardiaque) internes de plus petite taille, d'une durée de vie estimée à 15 ans, rechargeables à l'aide d'un dispositif externe. Les progrès concernent également les sondes implantées dans le cerveau permettant maintenant d'orienter le courant vers les régions du cerveau



les plus appropriés afin d'obtenir le meilleur résultat fonctionnel parallèlement à une diminution des effets indésirables. Une autre avancée très récente concerne la capacité du système à adapter automatiquement les réglages de la neurostimulation (par exemple l'intensité) en fonction d'enregistrements continus du cerveau lui-même. Certains systèmes permettent également aux spécialistes de réaliser les réglages à distance par un système de télémétrie.

2.4. Les interventions non médicamenteuses non chirurgicales

De plus en plus d'études scientifiques soulignent les bienfaits de la pratique régulière d'une activité physique. Bien entendu il en existe tout un éventail qui permettent de répondre aux préférences de chacun. Toutefois, selon une étude scientifique récente qui a analysé l'ensemble des résultats de toutes les études disponibles portant sur l'effet des différents types d'activités physiques, celles qui semblent apporter le plus de bénéfice sur le plan physique sont la danse et les exercices en milieu aquatique (en piscine) tandis que celles qui améliorent le plus la qualité de vie sont l'aquathérapie et l'entraînement de l'endurance physique (en bref, une activité physique prolongée qui déclenche un essoufflement modéré).



3. Nouveautés dans le domaine des interventions visant à ralentir l'évolution de la maladie

On s'intéresse ici à des traitements qui suscitent beaucoup d'espoir dans la mesure où ils ont pour objectif d'agir directement sur un des mécanismes à l'origine de la diminution progressive de neurones.

3.1. Par des médicaments existants

De nombreux médicaments existants sont à l'essai avec l'espoir d'interférer avec la progression de la maladie. Les exemples sont très nombreux. Citons par exemple certains antidiabétiques (Ozempic® et équivalents) ou des immunosupresseurs.

3.2. Par de nouveaux médicaments

D'autres produits pharmaceutiques ont été développés spécifiquement pour soigner la maladie en ciblant par exemple les l'alpha-synucléine à l'aide d'anticorps, à l'image de stratégies similaires qui deviennent disponibles dans la maladie d'Alzheimer. Avec l'utilisation de biomarqueurs il devient possible de proposer un traitement ciblé, personnalisé. C'est le cas pour certaines formes génétiques (par exemple familiales) de maladie de Parkinson.

3.3. Par des interventions non médicamenteuses

Les approches non médicamenteuses celles qui permettent de nourrir l'espoir de ralentir l'évolution de la maladie, font une nouvelle fois appel aux programmes d'activité physique. Parmi ceux-ci, une étude souligne l'intérêt de la pratique régulière d'exercices d'endurance qui sollicitent de grands groupes musculaires telles que la marche, la course à pied, le cyclisme, ou la natation.



4. Conclusion

Les exemples cités ci-dessus illustrent que la recherche d'une solution plus efficace pour soigner les personnes concernées par la maladie de Parkinson est dans une phase de développement intense et très diversifié.

**Edition
gratuite**



Les traitements dans la maladie de Parkinson.
Gianni FRANCO, APk, EPLC

Pour l'obtenir, contactez
l'Association Parkinson au

081 56 88 56

LES ARTS-THÉRAPIES EN SANTÉ INTÉGRATIVE :

DES APPROCHES MULTIDIMENSIONNELLES ET MULTISENSORIELLES INTÉGRÉES AU PARCOURS DE SOIN

Par Viviane JAUFFRET SERON,

Chercheuse en art thérapie de l'Institut Rafaël à Paris.

Une approche globale du soin

La santé intégrative propose une vision élargie de l'accompagnement thérapeutique, combinant traitements médicaux conventionnels et approches complémentaires validées scientifiquement. La médecine intégrative s'appuie sur quatre piliers indissociables : le bien-être physique, psychologique, social et spirituel. Ce modèle favorise un parcours de soins co-construit entre patients et professionnels de santé, dans une logique de partenariat, d'autonomie et de projet de vie. Dans ce cadre, les arts-thérapies prennent toute leur place comme médiations sensibles et actives du soin.



Les arts-thérapies : un soin par l'expérience artistique

L'art-thérapie, la dramathérapie, la musicothérapie, la danse-thérapie et l'écriture-thérapie sont des pratiques encadrées dans lesquelles le processus créatif devient un levier thérapeutique. Adaptées aux besoins spécifiques de chacun, ces approches permettent l'expression émotionnelle, la revalorisation de soi, et la mobilisation de ressources psychocorporelles souvent entravées par la maladie. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) reconnaît aujourd'hui leurs bénéfices pour les patients atteints de pathologies chroniques (Fancourt & Finn, 2019).



Les arts-thérapies et le soin par les arts

Disciplines thérapeutiques

Art-thérapie, dramathérapie, musicothérapie, danse-thérapie et écriture-thérapie en groupe ou individuel.

Processus artistique

Dans le cadre d'une relation thérapeutique adaptée aux besoins de la personne ou du groupe de personnes accompagnées.

Bénéfices prouvés

Aident à gérer les difficultés liées à la maladie, améliorent la qualité de vie, favorisent la résilience des patients atteints de pathologies chroniques (OMS)

Un déroulé structuré et engageant

Les séances s'articulent en plusieurs temps : un accueil contenant, suivi d'exercices de respiration, relaxation et échauffements corporels et vocaux. L'exploration créative — dessin, rythme, improvisation, jeu de rôle — invite à s'exprimer librement, tandis qu'un temps de partage verbal consolide la cohésion du groupe. Ce cadre sécurisant et stimulant permet d'explorer autrement les effets de la maladie et d'y répondre avec imagination.

Quels effets chez les patients atteints de Parkinson ?

Les résultats attendus sont multiples. Sur le plan moteur, les pratiques artistiques contribuent à une meilleure souplesse, coordination et conscience corporelle. Une revue récente souligne l'impact positif des arts-thérapies sur les symptômes moteurs et psychologiques de la maladie de Parkinson (Li et al., 2024). Les pratiques artistiques favorisent aussi la stimulation cognitive (mémoire, attention, fonctions exécutives) grâce aux mécanismes de plasticité cérébrale, soutenus par les travaux en neurosciences (Meulenberg et al., 2023).

Psychologiquement, elles permettent d'exprimer les émotions, d'atténuer les symptômes anxiodépressifs et de renforcer l'estime de soi. ▼

Le rapport au quotidien s'en trouve modifié : les participants osent davantage se montrer, prendre leur place, s'ouvrir à l'autre. Le lien social, souvent fragilisé par la maladie, se reconstruit dans l'expérience du collectif et de la solidarité. En filigrane, c'est aussi l'envie de se projeter, d'imaginer le futur qui renaît.

Créativité et processus de transformation

Créer, c'est transformer. La créativité, telle que définie par Wallas (1926) propose un modèle similaire au modèle du rétablissement proposé par Meekums (1999) dans le cadre du traumatisme psychique. La créativité mobilise les étapes de préparation, incubation, illumination et distanciation. Ce cheminement psychique est similaire au processus de rétablissement : il permet de réorganiser ses représentations, d'intégrer l'incertitude, de faire face à la contrainte avec souplesse. Produire — un geste, une parole, une œuvre — devient un acte de subjectivation puissant, où se rejouent tolérance, résilience, et acceptation de soi.

Les études récentes (Dingle et al., 2017 ; McDonnell, 2014 ; Heniff et al., 2024) mettent en évidence les liens entre créativité, bien-être et santé mentale. Certaines recherches vont plus loin en posant l'hypothèse que l'art, par ses effets sur le système



Les résultats attendus

Capacités motrices
Rééducation motrice (tremblement, rigidité et bradykinésie), réhabilitation fonctionnelle et psychologique.

Symptômes psychologiques
Moyens d'expression émotionnelle et d'engagement cognitive, amélioration de l'humeur et de la santé mentale

Fonctions cognitives
Améliorer les déficits cognitifs (fonctions exécutives et difficultés de mémoire), stimuler les mécanismes de plasticité cérébrale

Santé sociale
Développer le soutien et la solidarité, favoriser la réinsertion, donner envie

Rapport au quotidien
Appréhender le regard de l'autre, revalorisation de soi, accessibilité

Processus créatif
Interactions entre système dopaminergique et inclinaison artistique, découverte de nouvelles ressources et qualités

dopaminergique, pourrait être envisagé comme un « médicament » dans la maladie de Parkinson (Gros et al., 2024 ; Pelowski et al., 2020). En effet, les interactions entre créativité et système dopaminergique ouvrent de nouvelles perspectives pour la recherche.

L'approche intégrative des arts-thérapies

Quelle que soit la spécialité artistique utilisée, danse, théâtre, musique, écriture ou arts plastiques, les arts-thérapeutes adoptent une approche intégrative par un cadre thérapeutique. Celui-ci laisse de la place à l'expression et à l'action, en insistant sur la spontanéité et le non-jugement. Il rend patients et praticiens partenaires sur le chemin de création et de transformation de soi et facilite la transdisciplinarité d'un art à l'autre et d'une approche thérapeutique à l'autre. Enfin, cette approche implique d'accueillir la personne dans ce qu'elle est, de prendre en compte ses valeurs, sa culture, ses forces, ses faiblesses, toutes les dimensions qui la rendent unique et en capacité de s'exprimer et se transformer à travers sa création.



Conclusion : arts-thérapies et santé intégrative, des terrains de rencontres

L'approche intégrative en santé se déploie comme multitude de rencontres. Celle avec soi et les autres, en permettant de retrouver une identité

singulière, des projections positives pour le futur et une capacité à entrer en lien. L'occasion est donnée de rencontrer différemment son lieu de soin et les soignants qui l'incarnent par une expérience émotionnelle partagée, d'en pousser la porte pour réinvestir son territoire et ses offres culturelles lorsque la curiosité artistique reprend le pas sur la thérapie. Enfin l'approche intégrative en santé soutient la rencontre de démarches innovantes, tant d'un point de vue scientifique que culturel.

RÉFÉRENCES

- Dingle, G. A., et al. (2017). Music and emotion regulation in adults with depressive symptoms: A meta-analysis.
- Fancourt, D., & Finn, S. (2019). What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. WHO Regional Office for Europe.
- Gros, P., Spee, B. T. M., Bloem, B. R., & Kalia, L. V. (2024). If Art Were a Drug: Implications for Parkinson's Disease. *Journal of Parkinson's Disease*, 14(s1), S159–S172. <https://doi.org/10.3233/JPD-240031>
- Heniff, A., et al. (2024). Emotion expression in arts therapy: Review and new insights.
- Kleiner-Fisman, G., & Lang, A. E. (2004). Insights into brain function through the examination of art. *NeuroReport*, 15(6), 933.
- Li, Y., et al. (2024). The potential of arts therapies in Parkinson's disease rehabilitation: A comprehensive review. *Heliyon*, 10(16). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e35765>
- Lubart, T., Mouchiroud, C., Tordjman, S., & Zenasni, F. (2015). Psychologie de la créativité. Armand Colin.
- McDonnell, K. (2014). Creativity and wellbeing: An experiential study.
- Meekums, B. (1999). A creative model of recovery in arts therapies.
- Meulenbergh, C. J. W., et al. (2023). Unleashing the potential of dance: A neuroplasticity-based approach bridging from older adults to Parkinson's disease patients. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 15. <https://doi.org/10.3389/fnagi.2023.1188855>
- Pelowski, M., et al. (2020). What Parkinson's Reveals About the Artistic Spark. *American Scientist*, 108, 240. <https://doi.org/10.1511/2020.108.4.240>
- Wallas, G. (1926). The Art of Thought.

ATELIER BOXE

MALADIE DE PARKINSON ET PRATIQUE DE LA BOXE

Atelier animé par Mathieu NOIRHOMME



Ch.P. : Qu'est-ce que la boxe sans contact ?

M.N. : La boxe sans contact, c'est l'art de boxer sans jamais prendre de coup. On travaille les gestes, les enchaînements et les déplacements... mais sans affrontement et sans coup au niveau du visage et du buste. C'est une discipline complète qui allie cardio, coordination et concentration, le tout dans un cadre bienveillant et sécurisé.

Ch.P. : Est-ce une activité accessible à tout le monde ?

M.N. : Oui, tout à fait ! Que l'on soit jeune ou moins jeune, sportif ou débutant, la boxe sans contact s'adapte à chacun. Elle peut se pratiquer debout... ou même assis. L'important, c'est d'avancer à son rythme, avec des mouvements simples, ludiques et progressifs. Pas besoin d'avoir déjà mis les gants pour se lancer !

Ch.P. : Quels sont les bienfaits (et limites) de cette pratique ?

M.N. : La boxe sans contact est excellente pour :

- Stimuler la coordination et l'équilibre.
- Renforcer les muscles en douceur.
- Travailler le cardio.
- Se sentir bien dans sa tête et dans son corps.

Elle est sans risque de coup ou de chute violente, mais comme toute activité physique, elle se pratique avec attention, et en écoutant son corps surtout en cas de pathologie particulière. De plus, elle ne remplace pas des entraînements classiques pour les personnes désirant réaliser des compétitions.

Ch.P. : Comment se passe une séance ?

M.N. : On commence par un petit échauffement pour mettre le corps en mouvement, puis on enchaîne des gestes de boxe, sur place ou en déplacement, souvent en musique. Ensuite, on travaille par deux, en réalisant des enchaînements dans les gants du partenaire. On termine avec des étirements pour relâcher les tensions.

Ch.P. : Et pour les personnes atteintes de la maladie de Parkinson ?

M.N. : La boxe sans contact peut être un vrai allié au quotidien : elle améliore l'équilibre, la coordination, aide à mieux gérer les tremblements, tout en stimulant la concentration. Mais au-delà des bienfaits physiques, c'est un moment de plaisir, on bouge, on rit, on sort de chez soi, on se sent vivant.

Ch.P. : Envie de tenter l'expérience avec Monsieur Mathieu Noirhomme ?

M.N. : Je développe actuellement un projet de salle de sports de combat dans la région de Liège, avec des cours accessibles à tous, notamment des séances spécifiques de boxe sans contact. Mon objectif est de proposer un espace bienveillant, dynamique et adapté où chacun peut venir découvrir cette activité à son rythme que ce soit pour le bien-être, la remise en forme ou le plaisir de bouger autrement.

Pour plus d'informations

noirmath@gmail.com

0479 52 45 42

ATELIER EQUILIBRE

MALADIE DE PARKINSON ET PRATIQUE DE L'ÉQUILIBRE

Atelier animé par Olivier DEHARYNCK

Ch.P. : Que permet la pratique d'un atelier d'équilibre ?

O.D. : Les ateliers d'équilibre sont axés sur le travail de la proprioception et le renforcement des muscles profonds. L'objectif est d'acquérir un bon équilibre et une posture stable, afin d'éviter les déséquilibres pouvant entraîner des blessures musculaires ou articulaires, voire des chutes.

Ch.P. : La pratique d'un atelier d'équilibre est-elle accessible à toutes et à tous ?

O.D. : Oui, tout le monde peut pratiquer ! Que ce soit en atelier ou chez soi (à condition de respecter certaines règles de sécurité), l'équilibre peut se travailler à tout âge.

Les exercices sont toujours adaptés au niveau de chacun.



L'équilibre n'est pas un acquis, c'est une capacité qui se développe et s'entretient, tout comme la danse, le tennis de table ou même la marche. Si vous ne le travaillez pas, vous le perdez.

On voit d'ailleurs des personnes de 75 ans commencer à travailler leur équilibre, et après seulement quatre mois de pratique régulière, obtenir un meilleur équilibre qu'à 65 ans !

Ch.P. : Quels sont les bienfaits (ou restrictions) d'un atelier d'équilibre ?

O.D. : L'équilibre est à la base de tout. Un bon équilibre permet de marcher plus facilement et donc de rester autonome plus longtemps. Il permet aussi de continuer à pratiquer d'autres activités physiques comme le jardinage ou des sports doux, ce qui favorise le maintien d'une excellente condition physique.

Les bienfaits se font sentir assez rapidement avec une pratique régulière : moins de courbatures, disparition progressive de certaines douleurs liées à un déséquilibre général, meilleure stabilité, plus de confiance dans les mouvements.



Ch.P. : Comment se déroule une séance d'un atelier d'équilibre ?

O.D. : Avant même l'échauffement, il faut créer une ambiance conviviale.

Nous faisons des choses sérieuses, mais sans nous prendre au sérieux : l'humour est toujours le bien-venu !

Ensuite, nous commençons par des exercices de base, puis nous progressons crescendo en fonction du niveau de chaque participant.



Nous alternons les exercices d'équilibre et les exercices de renforcement musculaire.

Ch.P. : Quels bénéfices pour une personne atteinte de la maladie de Parkinson ?

O.D. : L'équilibre représente un défi majeur pour les personnes atteintes de la maladie de Parkinson. Plus on le travaille, plus on conserve son autonomie – et c'est un enjeu essentiel !

Ce qu'il y a de motivant avec l'équilibre, c'est qu'on peut réellement progresser, même en cas de maladie. Je travaille mon équilibre tous les jours, et aujourd'hui il est meilleur qu'il y a 20 ans... alors que je n'étais pas encore diagnostiqué !

Si vous travaillez votre équilibre 20 minutes par jour, en y associant du renforcement musculaire, vous constaterez des progrès rapides.

Ch.P. : Pour poursuivre l'expérience avec Monsieur Olivier Deharynck

Olivier Deharynck
54 rue de la Tasnière - 1332 Genval
0486 15 82 94

<https://odeharynck.wixsite.com/olivier-deharynck>

BOUTIQUE

L'utilisation des moyens de communication actualisés est importante pour faire face à l'isolement.

Après une large concertation comparative, il est maintenant possible d'acquérir une tablette adaptée selon des conditions avantageuses via l'APk.



Si vous êtes intéressé.e.s, nous vous proposons de nous contacter au 081 56 88 56 ou via

info@parkinsonasbl.be

Selon les réponses recueillies, nous pourrons ainsi vous revenir dans une dynamique d'achats de groupe.

ATELIER NUTRITHÉAPIE

MALADIE DE PARKINSON ET NUTRITHÉAPIE

Atelier animé par Inès BACCOUCH, Diététicienne - nutritionniste

Ch.P. : Qu'est-ce que la diététique ?

I.B. : La diététique est une discipline qui consiste à adapter l'alimentation pour préserver ou améliorer la santé. Elle est exercée par un professionnel de santé, le diététicien, qui accompagne son patient dans la mise en place d'une alimentation saine, équilibrée, et personnalisée.



même en cas de petit budget, de contraintes médicales ou de difficultés du quotidien. Il est bon de savoir que certaines mutuelles remboursent quelques consultations, et que l'INAMI propose des trajets de soin pour plusieurs maladies (comme le diabète) qui permettent également de consulter sans frais un diététicien.

Ch.P. : La pratique de la diététique est-elle accessible à toutes et tous ?

I.B. : C'est une pratique accessible à tous, puisque tout le monde mange ! Un bon diététicien s'adapte à son patient selon ses besoins et son état de santé,



mais également son âge, son rapport à l'alimentation, ses habitudes, sa culture, ses goûts et dégoûts, son rythme, ses capacités, etc. Avec un accompagnement bienveillant, on peut trouver des solutions concrètes à de nombreuses problématiques,

Ch.P. : Quel.elle.s sont les bienfaits/restrictions de la diététique ?

I.B. : Les bienfaits de la diététique dépendent de la problématique initiale ! On pense d'abord à la prévention et à la lutte contre de nombreuses maladies, comme le diabète, les maladies cardio-vasculaires, l'obésité... Mais le soin diététique permet également d'améliorer son rapport au corps et à la nourriture, de trouver des techniques pour cuisiner sans stress, de comprendre le fonctionnement de notre corps, de retrouver une meilleure hygiène de vie... L'alimentation fait, selon moi, partie des 4 grands piliers pour une vie saine, avec l'activité physique, le sommeil, et le bien-être mental. Ces aspects de la vie et de la santé agissent en synergie et sont donc tous à explorer lors d'un accompagnement diététique.

Ch.P. : Comment se déroule une séance de diététique ?

I.B. : La première séance commence toujours par un temps d'écoute, pour comprendre la personne : la raison de sa consultation, son historique de santé, ses habitudes alimentaires, son rythme de vie. Puis on élabore ensemble des objectifs progressifs et adaptés. Souvent, les patients visent trop haut, par exemple perdre autant de poids en autant de temps, ou améliorer très vite leur prise de sang quand ils sont diabétiques. Pour réussir et ne pas se décourager, il est important de viser des petits objectifs réalisables. Changer durablement ses

habitudes de vie n'est pas facile, et c'est petit pas par petit pas que l'on parvient aux résultats souhaités. Je pense que c'est ce qui fait la beauté et la complexité de notre métier. Il ne sert à rien de donner le même plan alimentaire à chaque patient. Il faut écouter, comprendre, réfléchir, innover, être créatif et patient. S'adapter à la personne en face de nous, et à son rythme.

Ch.P. : Qu'apporte la pratique de la diététique chez une personne qui présente une maladie de Parkinson ?

I.B. : La maladie de Parkinson a très souvent des conséquences alimentaires. Troubles digestifs, dysphagie, perte de l'odorat, tremblements qui rendent difficile la cuisine et la prise du repas, perte



ou prise de poids... Toutes ces difficultés quotidiennes pèsent sur le moral, accentuent la fatigue, et peuvent surtout conduire à une dégradation de l'état de santé. En effet, la maladie impacte de nombreux aspects du métabolisme, et l'alimentation est le premier rempart contre les complications. L'idéal serait de consulter un diététicien au moment du diagnostic et dès que la personne en ressent le besoin. Les études tendent à démontrer que l'alimentation méditerranéenne réduit, par ses aspects anti-oxydants, anti-inflammatoires et neuroprotecteurs, la progression de la maladie. Je recommande donc de s'intéresser à ce type d'alimentation, et de se peser deux fois par mois pour constater une éventuelle perte de poids involontaire, qui nécessiterait une rencontre avec le diététicien.

Recette proposée par Inès Baccouch - diététicienne

CAKE AU BROCOLI

Ingédients

*150g de farine complète
Un petit brocoli
1 sachet de levure chimique
3 oeufs
Un petit bouquet de persil
100ml de crème fraîche
100g de feta
Une poignée de gruyère râpé
Sel, poivre, épices au choix*

Préparation

- Cuire le brocoli vapeur ou à l'eau, jusqu'à ce qu'il soit bien fondant.
- Couper le brocoli en gros morceaux, et mettre tous les ingrédients dans un robot mélangeur.
- Mélanger jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. Si la pâte est trop épaisse : ajouter du lait.
- Si la pâte est trop liquide : ajouter de la farine.
- Verser la pâte dans un moule beurré ou en silicone.
- Enfourner 40 minutes à 180 degrés.

Riches en fibres et minéraux, les farines complètes ont également un index glycémique plus bas que les farines blanches et peuvent servir aussi bien pour des recettes sucrées que salées. Ici, un cake au brocoli, qui peut s'accompagner d'une petite salade de crudités et pois chiches. Un repas réconfortant, riche en fibres et vitamines !



ATELIER SONOTHÉRAPIE

MALADIE DE PARKINSON ET PRATIQUE DE LA SONOTHÉRAPIE

Atelier animé par Martin LECAPITAINE et Robin SCOTT FLEMING

Ch.P. : Qu'est-ce que la sonothérapie ?

Martin Lecapitaine : La sonothérapie, en tout cas la façon dont je la perçois, c'est une approche thérapeutique qui utilise les sons et les vibrations pour favoriser le bien-être de manière générale. Elle s'appuie sur des techniques précises, comme les fréquences binaurales, les sons de la nature, les instruments harmoniques (handpan, bols chantants...), et les principes des neurosciences. L'objectif est d'induire des états de relaxation profonde, de soulager certains symptômes et d'accompagner les processus de guérison.

Robin Scott Fleming : Pour moi, la sonothérapie est un art autant qu'une science. C'est une expérience immersive où chaque son est intentionnellement choisi pour créer une réponse émotionnelle et physique. Mon approche repose sur l'utilisation d'instruments acoustiques, comme le handpan, afin d'entrer dans un dialogue sensible avec le corps, l'esprit, et les émotions de la personne. C'est un splendide moyen d'entrer dans des états de conscience modifiée.



Ch.P. : La pratique de la sonothérapie est-elle accessible à toutes et tous ?

Martin : Oui, elle est accessible à tout le monde, quel que soit l'âge ou l'état de santé.

A ma connaissance il n'y a pas de contre-indication. Elle peut être vécue en présentiel ou à distance via des outils numériques adaptés, comme notre application Melodia Therapy. Aucun prérequis n'est nécessaire, il suffit d'écouter et de se laisser porter.

Robin : Absolument. Chacun peut vivre la sonothérapie à sa manière, que ce soit allongé, assis, les yeux ouverts ou fermés. Ce qui compte, c'est l'intention de partage et d'écoute. Même les personnes ayant des limitations physiques ou neurologiques peuvent en bénéficier. Et pas besoin non plus d'être musicien pour l'apprécier et sentir ses bienfaits.

Ch.P. : Quels sont les bienfaits et les restrictions de la sonothérapie ?

Martin : Les études montrent que la sonothérapie peut réduire l'anxiété, améliorer le sommeil, soulager certaines douleurs chroniques, renforcer la concentration et d'autres encore. Elle est également utile dans les soins de support, notamment en oncologie ou en neurologie. Il n'existe pas de contre-indications majeures, mais dans le cas de troubles psychiatriques sévères, il est conseillé de consulter un professionnel de santé au préalable. De nombreuses études cliniques mettent en avant les bienfaits potentiels.

Robin : Les bienfaits peuvent être immédiats : détente musculaire, relâchement mental, sensation d'apaisement. À long terme, elle participe à un meilleur équilibre émotionnel. La seule restriction



serait peut-être une hypersensibilité auditive, mais même là, on peut adapter les sons et le volume. Et puis niveau énergie, c'est un réel cadeau, une échappatoire au stress et aux pressions de la vie quotidienne.

Ch.P. : Comment se déroule une séance de sonothérapie ?

Martin : À distance, avec Melodia Therapy, l'utilisateur choisit un parcours sonore personnalisé selon ses besoins (sommeil, douleur, stress...) et se laisse guider. Tout est pensé pour que l'expérience soit simple et sécurisante. L'idée est d'utiliser un casque audio pour profiter de la spatialisation des sons et pour une immersion optimale.

Robin : Lors des séances que je propose en présentiel, je commence par un moment de respiration guidée, les gens peuvent se coucher ou rester assis, puis je laisse les instruments et les mélodies dialoguer avec le ressenti du groupe ou de la personne. C'est un voyage intérieur sonore. On ne « fait » rien, on « reçoit ». La transformation vient souvent dans le silence qui suit les sons. C'est parfois un peu « challenge », dans le sons ou la musique peut réveiller des sensations ou des souvenirs peut-être moins agréables, mais c'est l'occasion d'essayer de les comprendre et d'évoluer, toutes les séances sont proposées dans une optique absolument bienveillante. Les gens en ressortent beaucoup plus apaisés et relaxés !

Ch.P. : Qu'apporte la pratique de la sonothérapie chez une personne qui présente une maladie de Parkinson ?

Martin : La sonothérapie peut aider à réduire les tensions musculaires, améliorer la qualité du sommeil et atténuer les douleurs associées. Plusieurs recherches indiquent que les sons rythmiques peuvent aussi améliorer la coordination et réduire l'anxiété. C'est un complément non-médicamenteux qui respecte le rythme de chacun et peut redonner une sensation de contrôle sur son bien-être. Bien entendu ça ne remplace en aucun cas une consultation médicale ou la médication, c'est un outil qui fonctionne en synergie avec la médecine classique.

Robin : J'ai vu des visages se détendre, des corps tremblants se calmer pendant les séances. Les sons enveloppent et sécurisent. Pour les personnes atteintes de Parkinson, c'est une reconnexion au



présent, à leur souffle, à leurs émotions – sans jugement, juste avec douceur et musique.

Ch.P. : Pour poursuivre l'expérience de la sonothérapie avec Messieurs Martin Lecapitaine et Robin Scott Fleming :

Vous pouvez découvrir gratuitement l'application Melodia Therapy sur smartphone ou tablette (Apple Store & Google Play).

Robin propose également des immersions sonores en présentiel, en Belgique dans différents lieux.

Pour plus d'informations :

Martin Lecapitaine
CEO de Melodia Therapy
martin@melodiatherapy.com

www.melodiatherapy.com

Robin Scott Fleming
Musicien & sonothérapeute
robinscottfleming@gmail.com
www.facebook.com/robinscottfleming

PRÉSENTATION DES STANDS

PRÉSENTATION DU STAND

ERGO 2.0

Vivre avec la maladie de Parkinson : un accompagnement ergothérapeutique au cœur de votre quartier.

La maladie peut bouleverser le quotidien... mais elle ne doit pas empêcher de vivre pleinement et de rester chez soi aussi longtemps que possible.

C'est dans cet esprit que l'ergothérapie de quartier se déploie : une approche humaine, préventive et personnalisée, proche de vous, de vos réalités et au départ de vos ACTIVITES.

Qui sommes-nous ?

L'ASBL Ergo2.0 fédère un réseau d'ergothérapeutes engagés dans les quartiers de Wallonie et Bruxelles.

Leur mission : vous accompagner dans vos activités de tous les jours, celles qui donnent du sens à votre vie, malgré les défis liés à la maladie.



Pour l'ergothérapeute, l'activité est bien plus qu'un geste : c'est un moteur de santé, d'identité et de bien-être.

Grâce à la science de l'activité humaine, il/elle aide chacun·e à préserver ce qui fait sens au quotidien. Ainsi, nous soutenons votre autonomie, adaptons votre environnement et prévenons les pertes de capacité — pour que chaque activité reste possible... et pleinement vécue dans un maximum d'autonomie.

Notre approche avec la maladie de Parkinson

L'ergothérapeute ne soigne pas, mais il vous aide à continuer à faire ce qui compte pour vous : cuisiner un plat que vous aimez, jardiner, prendre soin de vos proches, sortir, bricoler, marcher, voyager, rire avec les voisins...

« Nous partons toujours de l'activité qui a du sens pour vous, pour construire ensemble des solutions concrètes et durables pour toutes les étapes de l'activité importante pour vous. Votre participation est indispensable, c'est un accompagnement adapté et personnalisé ».

Le programme « Bien chez moi » propose gratuitement :

- Un accompagnement personnalisé à domicile.
- Un·e ergothérapeute vous rend visite chaque mois, à votre rythme, pour vous soutenir dans vos projets de vie et pour, si vous le désirez proposer des actions collectives dans votre quartier pour rester actif·ve, créer du lien et ne pas s'isoler.
- Un outil technologique de téléassistance connecté 24h/24.



Son système optique breveté dirige la lumière vers la partie inférieure des yeux, en reproduisant l'angle naturel de la lumière du soleil, sans gêner votre vision ni provoquer d'inconfort.

Avec un poids de seulement 51 grammes (1,83 oz), la Luminette est légère, simple à utiliser et agréable à porter. Son design mains libres vous permet de continuer vos activités matinales tout en suivant votre séance de luminothérapie.

- Une solution pour sécuriser la réalisation de vos activités et d'assurer la sérénité pour vous et votre entourage chez vous et dans vos déplacements, avec possibilité d'alerter un service de télévigilance (24h/24h 7jours sur 7) rapidement en cas de besoin, un excellent détecteur de chutes ne nécessitant aucune manipulation.

Envie d'en savoir plus ou de nous rencontrer ?

Contactez-nous.

D'autant que nous avons besoin de vous ! En effet, nous recherchons des patients partenaires pour tester et améliorer le programme « Bien chez moi 2.0 » soutenu par l'Europe et la Wallonie. Cette collaboration offre une opportunité unique de contribuer, par vos retours, à la création d'un financement pérenne, en vue d'un éventuel agrément futur.

Cécile d'Udekem
Coordinatrice pour Ergo2.0 en BW
0495 23 67 47



Comment utiliser la Luminette

Portez la Luminette comme une paire de lunettes classique et choisissez l'un des trois réglages d'intensité préprogrammés (500, 1000 ou 1500 lux, pour des séances allant de 20 à 60 minutes). Utilisez-la une fois par jour, le matin, tout en poursuivant vos activités habituelles (par exemple : prendre votre petit-déjeuner, lire ou travailler).

La Luminette offre une solution simple et efficace pour :

- Réguler votre rythme biologique (cycle veille-sommeil).
- Combattre la fatigue.
- Stimuler votre vigilance et votre niveau d'énergie.

Même si chaque personne réagit différemment, la majorité des utilisateurs ressentent les premiers bienfaits au bout de 4 à 6 jours d'utilisation régulière.

Qu'est-ce que la Luminette

Appuyée par la recherche, la Luminette est une paire innovante de lunettes de luminothérapie, conçue pour vous faire profiter facilement et confortablement des bienfaits de la lumière au quotidien.

LUMINETTE

Ce que la Luminette peut apporter aux personnes atteintes de la maladie de Parkinson

Réduire la somnolence diurne en aidant les personnes souffrant de fatigue ou de troubles du cycle veille-sommeil à retrouver énergie et concentration au quotidien¹.

Favoriser une meilleure organisation de la journée et la vigilance, grâce à un outil simple, non invasif, qui soutient les routines quotidiennes¹.

Soutenir l'équilibre et la coordination, la Luminette ayant montré des résultats prometteurs dans l'amélioration de la coordination motrice et du contrôle postural, deux fonctions essentielles pour les personnes âgées ou celles présentant un risque accru de chute².

Sécurité de la Luminette

La Luminette est classée comme un appareil sans danger pour les yeux selon la norme internationale CEI 62471. De plus, la lumière émise est sans UV, sans infrarouges et ne contient pas de courtes longueurs d'onde inférieures à 450 nm, garantissant une utilisation en toute sécurité.



© myluminette.com

BIBLIOGRAPHIE

1. Raymackers, Jean-Marc, et al. "Bright light therapy with a head-mounted device for anxiety, depression, sleepiness and fatigue in patients with Parkinson's disease." *Acta Neurologica Belgica* 119 (2019): 607-613.
2. Beaven, C. Martyn, Liis Uiga, and Kim Hébert-Losier. "Positive effects of blue light on motor coordination in older adults: A pilot study." *Applied Ergonomics* 114 (2024): 104156.



Pour plus d'informations :

Laurence ANDRE
Sales manager
support@myluminette.com
+32(0)4 369 48 36

PRÉSENTATION DU STAND

PURESSENTIEL

Comment l'aromathérapie, thérapie naturelle, peut-elle accompagner les personnes souffrant de la maladie de Parkinson ?

En 2005, Isabelle et Marco Pacchioni ont créé le Laboratoire Puressentiel® en ayant pour objectif de proposer des produits de santé naturelle et de bien-être, à base d'huiles essentielles et d'extraits végétaux 100 % purs et naturels. La nature a le pouvoir formidable de produire des substances actives d'une puissance unique. Leur expertise : les sélectionner, maîtriser leurs effets et les associer pour les rendre accessibles à tous et ceci, de la façon la plus écoresponsable et écosolidaire pos-



sible. Sans cesse, ils testent leur efficacité et leur innocuité. Ce sont des produits qu'ils utilisent eux-mêmes avec plaisir et fierté.

L'aromathérapie, c'est-à-dire l'utilisation thérapeutique des huiles essentielles, s'inscrit pleinement dans l'accompagnement quotidien des personnes atteintes de la maladie de Parkinson. Sans en soigner la cause, elle en soulage certains symptômes fréquents tels que les crampes et raideurs musculaires, les douleurs articulaires ou neuropathiques, l'anxiété, le stress et la fatigue. Pour une utilisation en toute sécurité, les voies d'administration à privilégier sont la voie cutanée (application locale, massage, bain) ou la voie respiratoire (inhalation, diffusion atmosphérique).

Apaiser les douleurs musculaires et articulaires, améliorer mobilité et mouvements

Pour soulager tous types de douleurs de l'appareil locomoteur, quelle qu'en soit l'intensité, aiguë ou chronique, les huiles essentielles de gaulthérie, de genévrier, d'eucalyptus citronné ou de giroflier sont des analgiques et anti-inflammatoires remarquables. Elles s'utilisent sous forme de produits prêts à l'emploi, pratiques et sûrs d'utilisation. Grâce à sa large bille massante, le Roller Anti-Douleur de la Gamme ARTICULATIONS & MUSCLES cible efficacement les douleurs localisées (genoux, coudes...) ; le Gel Anti-Douleur quant à lui s'applique sur les zones plus étendues (le dos par exemple) ; et lorsque vous avez besoin d'un massage profond, lors d'une séance de sport ou de kiné, et en cas d'impatiences dans les jambes, l'Huile de massage BIO Arnica & Gaulthérie décontracte et délassé.

Soulager le stress, faciliter la relaxation

Le stress et l'anxiété ont un impact préoccupant sur cette maladie. Ils sont des « poisons » aggravant les symptômes moteurs (blocage de la marche...). Les huiles essentielles permettent de s'en prémunir ou d'en apaiser les manifestations (angoisses, nervosité, sautes d'humeur...). Pour ce faire, la lavande vraie, le petit bigaradier, le néroli et l'ylang-ylang sont des relaxants et équilibrants nerveux extraordinaires. Avec la Gamme AROMA STRESS®, Puresentiel® proposent des solutions dénuées d'effet de somnolence, d'accoutumance ou de syndrome de sevrage. Parmi-elles, le Roller est l'allié idéal pour



apaiser l'esprit : appliquez-le sur la face interne des poignets et respirez profondément l'odeur des huiles essentielles. Très pratique, l'Inhaleur vous procure une action anti-stress à tout moment de la journée !

Qu'il s'agisse de troubles nerveux, du sommeil, de fatigue, de perte de mémoire... profitez pleinement des propriétés des huiles essentielles à l'aide de la diffusion atmosphérique. Echappez-vous avec les mélanges d'huiles essentielles pour diffusion Puresentiel® « Sommeil », « Méditation » ou « Voyage en Sicile ». Requinquez-vous avec les synergies « Énergie positive » et « Promenade en forêt ». Les huiles essentielles de menthe poivrée, de pin sylvestre, de romarin à cinéole ou de sapin de Sibérie sont ultra-revigorantes. Astuce ! Procurez-vous un diffuseur ultrasonique (Aplo ou Prise Clip & Diffuse Puresentiel®) sur lesquels les flacons se vissent directement.

Journée Mondiale Parkinson 2025

Produits disponibles en pharmacie.

Plus d'informations sur nos produits sur :

www.puressentiel.com

LIENS VERS NOS PRODUITS SI BESOIN

Roller Anti-Douleur de la Gamme ARTICULATIONS & MUSCLES :

<https://be.puressentiel.com/collections/articulations-et-muscles/products/articulations-et-muscles-roller>

Gel Anti-Douleur :

<https://be.puressentiel.com/collections/articulations-et-muscles/products/articulations-muscles-gel>

Roller AROMA STRESS :

<https://be.puressentiel.com/collections/aroma-stress%C2%AE/products/stress-roller>

Inhalateur AROMA STRESS :

<https://be.puressentiel.com/collections/aroma-stress%C2%AE/products/inhaleur-aroma-stress>

Huile essentielle de menthe poivrée :

<https://be.puressentiel.com/collections/huiles-essentielles/products/menthe-poivree-bio-huile-essentielle>

Huile essentielle de pin sylvestre :

<https://be.puressentiel.com/collections/huiles-essentielles/products/pin-sylvestre-bio-huile-essentielle>

Huile essentielle de romarin à cinéole :

<https://be.puressentiel.com/collections/huiles-essentielles/products/romarin-a-cineole-bio-huile-essentielle>

Huile essentielle de sapin de Sibérie :

<https://be.puressentiel.com/collections/huiles-essentielles/products/sapin-de-siberie-huile-essentielle>



PRÉSENTATION DU STAND

RESPECT SENIORS

Respect Seniors : un accompagnement psychosocial pour les aînés, leurs proches ainsi que pour les professionnels du terrain

Dans une société où le vieillissement de la population s'accélère, il devient essentiel de garantir à nos aînés une vie digne et respectueuse de leurs droits. C'est dans cette optique que l'ASBL Respect Seniors, agence wallonne de lutte contre la maltraitance des aînés, œuvre depuis de nombreuses années sur l'ensemble du territoire de la région wallonne.



Une mission fondamentale : veiller au respect des droits des aînés

Respect Seniors a pour première mission l'accompagnement des aînés, de leurs proches et des professionnels qui se questionnent ou se trouvent en difficultés face à une situation de maltraitance (civique, psychologique, financière, négligences ou physique). Notamment, Respect Seniors propose une écoute professionnelle, confidentielle et gratuite, assurée par des intervenants psychosociaux spécialisés via sa ligne d'écoute gratuite : 0800 30 330. Des visites à domicile, si nécessaire, sont également possibles pour établir un bilan de la situation et envisager des pistes d'accompagnement.



C'est dans ce cadre que nous étions présents à la journée mondiale du Parkinson : le 12 avril au CEME : informer et sensibiliser les aînés, leurs proches et les professionnels au sujet de la maltraitance des seniors mais également fournir des renseignements sur nos accompagnements et nos diverses activités !

Avec ses 6 antennes en Wallonie et sa ligne téléphonique accessible à tous, du lundi au vendredi de 9h00 à 17h00, Respect Seniors est disponible pour vous au :

0800 30 330

www.respectseniors.be

Mais son rôle ne s'arrête pas là. Respect Seniors agit aussi de manière préventive par le biais de formations à destination des professionnels, mais également au moyen de diverses actions de sensibilisation à destination du tout public (théâtre-débat, ciné-débat, prise de parole en public, etc.).

La maladie de Parkinson, peut, petit à petit, altérer la dépendance fonctionnelle et diminuer l'autonomie décisionnelle. C'est ici que Respect Seniors peut jouer un rôle crucial.

- Pour l'aîné, l'ASBL offre un espace d'écoute, où il peut exprimer ses ressentis, ses difficultés et son vécu face à sa situation. Mais aussi, Respect Seniors peut proposer à l'aîné un accompagnement individuel, centré sur ses besoins et ses souhaits en veillant à préserver l'autodétermination et la dignité de la personne tout en tenant compte de son environnement.
- Pour les proches aidants, Respect Seniors propose une écoute et un accompagnement pour prévenir ou identifier l'épuisement sans culpabiliser, reconnaître les signes de tension relationnelle ou de maltraitance non intentionnelle, et trouver les ressources nécessaires pour continuer à aider dans ce contexte.
- Pour les professionnels, Respect Seniors est un partenaire ressource, disponible, notamment pour un soutien « réflexif » face aux situations de maltraitance qui sont souvent complexes et qui peuvent engendrer chez les professionnels de nombreux questionnements et des dilemmes éthiques.

PRÉSENTATION DU STAND

SCSAD

Le Service de Coordination des Soins à Domicile asbl

Un accompagnement personnalisé chez vous

Créé à l'initiative des médecins généralistes de la FAGC (*Fédération des Associations de Généralistes de Charleroi*), le Service de Coordination des Soins à Domicile de Charleroi (SCSAD) a pour mission de vous informer, vous accompagner et faciliter l'accès aux soins et aides à domicile, quelle que soit votre mutuelle.

L'équipe du SCSAD, composée de professionnels motivés et bienveillants, est à votre écoute et se déplace directement à votre lieu de vie pour :

- Évaluer vos besoins en soins, en aide ou en matériel.
- Vous orienter vers les services les plus adaptés.
- Coordonner la mise en place des aides nécessaires.



Elle constitue également un soutien précieux pour les patients parkinsoniens et leurs proches.

La coordinatrice du SCSAD peut :

- Élaborer un plan d'intervention à domicile sur mesure.
- Vous aider à introduire un dossier AVIQ.
- Vérifier votre éligibilité au Budget d'Assistance Personnelle (BAP).

Le SCSAD propose également un service de Télé-Vigilance qui permet de renforcer votre sécurité à domicile :

- Placement rapide.
- Ligne fixe non indispensable.

Vous bénéficiez d'un contact humain, sans intermédiaire ainsi que d'un accompagnement personnalisé à votre domicile.

Fini les call centers impersonnels. Votre appel est pris en charge directement par notre personnel en composant le :

071 33 11 55 55

Du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30.

Adresse du centre : Boulevard Zoé Drion 1 (2^e étage) 6000 Charleroi.

PRÉSENTATION DU STAND

TKE

DTK Home Solutions : des monte-escaliers pour plus d'autonomie à la maison

TK Home Solutions est spécialisée dans la fabrication et l'installation de monte-escaliers sur mesure. Grâce à ses solutions innovantes, l'entreprise améliore la mobilité et l'indépendance des personnes à domicile, en particulier celles ayant des difficultés à monter ou descendre les escaliers.



Une solution adaptée à chaque escalier

Les monte-escaliers de TK Home Solutions sont conçus pour s'adapter à tous les types d'escaliers :

- Escaliers droits.
- Escaliers tournants ou avec paliers.
- Escaliers en colimaçon.

Chaque monte-escalier est fabriqué sur mesure, ce qui garantit une intégration esthétique et sécurisée dans l'environnement du client.

Confort, sécurité et simplicité

Les modèles, comme le S200, offrent plusieurs caractéristiques appréciées :

- Départ et arrêt en douceur pour éviter les à-coups.
- Ceinture de sécurité automatique.
- Repose-pieds repliable et pivotement du siège pour faciliter la montée et la descente.

- Commandes intuitives avec joystick ou télécommande.
- Batterie intégrée assurant le fonctionnement même en cas de panne de courant.

Le tout est installé rapidement par des techniciens expérimentés, avec un service client disponible 24h/24.

Le monte-escalier est une aide précieuse pour les personnes vivant avec la maladie de Parkinson, car :

- Il réduit considérablement le risque de chute, en particulier lors de périodes de rigidité ou de tremblements.
- Le mouvement de l'appareil est automatique, fluide et contrôlé, ce qui évite les efforts physiques brusques.
- Les commandes sont simples, ergonomiques et utilisables d'une seule main, ce qui est essentiel pour les personnes ayant une motricité réduite.
- Il permet de préserver l'énergie et de maintenir l'autonomie au sein de son propre domicile.

Grâce à un monte-escalier TK Home Solutions, une personne atteinte de Parkinson peut continuer à vivre en sécurité et avec dignité dans sa maison, sans devoir renoncer à l'accès aux étages.

Pour plus d'informations :

09 216 65 65
info.home.be@tkelevator.com



BOUTIQUE

Livre de **recettes**
spécialement adaptées
pour les personnes souffrant de
troubles de la déglutition



20€

Recettes faciles et savoureuses

**Théorie et explication
pour une meilleure alimentation**

Trucs et astuces pour mieux manger

**212 pages de recettes et conseils
illustrés**

Comment l'acheter :

en versant **30€** (20€+10€ pour les frais de conditionnement et d'envoi sécurisé) sur le compte de l'Association Parkinson asbl **BE44 7320 4478 4345** avec en communication « **Livre cuisine - nom - prénom et adresse complète** ».

NOS 2 ÉQUIPES DE TERRAIN ONT CHACUNE ACCUEILLI UNE NOUVELLE COLLÈGUE

En mars, c'est Valérie DEWITTE qui a rejoint l'équipe des Case Managers. Digne remplaçante de Thomas, elle s'est vite intégrée et assure un service convivial aux bénéficiaires de la région namuroise.

En mai, c'est Mélanie RAVET qui est venue renforcer l'équipe des Référentes. Mélanie va coordonner les Antennes actuelles de la province du Luxembourg et construire l'ouverture d'une prochaine Antenne dans le nord de sa province.

Valérie DEWITTE

Depuis le 10 mars 2025, j'ai le plaisir d'avoir rejoint l'Association Parkinson en tant que Case Manager.

Ce nouveau chapitre professionnel représente pour moi bien plus qu'un simple poste : c'est une opportunité précieuse de m'engager au sein d'une structure dont les valeurs humaines et les actions concrètes résonnent pleinement avec mes convictions personnelles.

Diplômée d'un bachelier en assistant social, j'ai toujours donné une grande importance à la dimension humaine de ce métier.

Après une expérience de dix années dans le secteur du commerce, j'ai ressenti le besoin de renouer avec ma vocation première : celle d'assistante sociale.

Empathique, sociable et naturellement positive, je suis animée par la volonté d'être à l'écoute et de faire une réelle différence dans le quotidien des personnes que j'accompagne.

De plus, ayant déjà été confrontée à la maladie de Parkinson dans mon entourage, cette expérience personnelle m'a sensibilisée de manière encore plus profonde à la réalité de cette pathologie et à l'importance de soutenir tant les personnes malades que leurs aidants proches. ►

En rejoignant l'Association Parkinson, j'ai pu intégrer une équipe dynamique, engagée et bienveillante, où la collaboration et l'esprit d'équipe sont essentiels.



J'ai déjà pu constater la richesse des projets menés, la force du réseau de partenaires, ainsi que l'impact réel des initiatives menées sur le terrain.

Autant d'éléments qui nourrissent ma motivation à m'impliquer pleinement dans cette mission.

Je suis honorée de faire partie de cette belle aventure humaine et déterminée à contribuer, à mon niveau, à faire progresser les objectifs de l'APk.

À très bientôt,
Valérie



Mélanie RAVET

Bonjour à tous,

C'est avec une grande joie que j'ai récemment été engagée en tant que Référente de la Province du Luxembourg et je suis ravie d'occuper ce poste dans cette belle Province qui est chère à mon cœur.

Mon parcours : En premier lieu, j'ai été infographiste dans une grande société d'assurance vie au Luxembourg. Après 10 ans dans ce secteur, j'ai ressenti le besoin de donner une dimension plus tournée vers l'humain à ma carrière, et suis ainsi devenue éducatrice. Au fil de mes multiples expériences, j'ai pu travailler dans divers milieux auprès des enfants (écoles, institutions publiques de protection de la jeunesse, garde d'enfants malades/en situation de handicap, crèches, etc.) et j'y ai, entre autres, acquis une solide adaptabilité face aux personnes et aux situations, grâce notamment à la pratique des techniques de communication bienveillante.



Toutes ces interactions ont été source de défis autant que d'enrichissements, et m'ont confortée dans l'idée que j'avais un rôle à jouer dans cette société à laquelle j'aimerais apporter toute ma positivité et mon dynamisme. En effet, j'ai pu me rendre compte que ma bonne humeur était communicative !

Au quotidien, je suis souvent joyeuse, je souris sans m'en rendre compte et cela impacte favorablement mon entourage.



En parallèle, j'ai également fait un stage dans une Maison de Repos et de Soins et ai été volontaire Croix-Rouge en intervention auprès des personnes isolées.



J'aime rire, partager des moments de qualité que ce soit au travail, en famille ou entre amis. Vous l'aurez compris, la relation à l'autre est au centre de mes préoccupations, et le soin que j'y apporte m'est aussi nécessaire que le bien-être d'autrui.

La somme de ces expériences m'a permis de devenir la personne que je suis aujourd'hui: une femme attentive, empathique et accueillante.

Je me réjouis de rejoindre l'Association Parkinson et de vous rencontrer, que ce soit dans la Province du Luxembourg ou ailleurs.

Mélanie

LES AIDES À LA MOBILITÉ



Recueilli par
Virginie
DIRICK



Investigué par
Laurence
JEUKENNE

Peu importe la raison ou le moyen de transport, on est tous amené à devoir se déplacer.

Pouvoir aller où l'on veut, quand on veut et en toute autonomie est une vraie forme de liberté dont on prend conscience une fois qu'elle s'ameuse...

Comment éviter que ce constat ne conduise à l'isolement ?

Comment continuer à garder le plaisir de se balader, voir du monde, maintenir une activité à l'extérieur ou se rendre à un rendez-vous ?

Comment permettre à nos envies et engagements de ne pas devenir un parcours du combattant ?

C'est le défi.

En Belgique, pas mal de dispositifs et d'avantages existent pour faciliter les déplacements des personnes à mobilité réduite.

Pour mieux vous informer, Laurence, notre Coordinatrice de Santé de Liège, vous propose un aperçu des différentes aides permettant de rendre la mobilité plus accessible, plus simple, et surtout plus libre. Des pistes qui pourraient peut-être faciliter votre quotidien...

Et toute notre équipe reste à votre disposition pour davantage d'informations personnalisées.

Qu'est-ce qu'une aide à la mobilité ?

Les personnes à mobilité réduite (PMR) peuvent bénéficier de dispositifs qui facilitent et sécurisent leurs déplacements (voiturettes, cadres de marche, scooter électrique, tricycle, coussins anti-escarres, châssis, aides à la propulsion...).

Mais les aides à la mobilité se retrouvent également dans certains avantages et systèmes mis à disposition des habitants.

Dans cet article, je vous présenterai les différentes facilités mises à disposition de la population Wallonne ; une prochaine publication sera consacrée aux dispositifs matériels.

Bon à savoir

Chacune des aides à la mobilité implique des conditions d'octroi différentes.

Les Case Managers sont disponibles pour vous informer sur la démarche à réaliser, vous conseiller et vous orienter vers les bons prestataires selon votre situation personnelle.

LA CARTE DE RÉDUCTION POUR LES TRANSPORTS EN COMMUN

Si vous êtes considéré comme personne à mobilité réduite (PRM) en raison d'un handicap visuel (90% de réduction de la vue), vous pouvez bénéficier d'une carte de réduction pour voyager gratuitement dans les transports en commun belges. Cette carte de réduction peut vous être attribuée par le SPF Handicap.

LA CARTE D'ACCOMPAGNATEUR

Si vous avez besoin d'une assistance pour vous déplacer en raison de votre handicap et que vous ne pouvez pas voyager seul, vous pouvez obtenir une carte d'accompagnateur de la SNCB. Celle-ci permet à la personne qui vous accompagne de voyager gratuitement avec vous. Vous pouvez obtenir cette carte dans n'importe quelle gare durant les heures d'ouverture en fournissant 5 € pour la fabrication de la carte ainsi qu'une pièce d'identité.

Et en voiture alors ?

LA CARTE DE PARKING

Les personnes dont l'état de santé réduit ou limite les capacités de déplacement peuvent demander une carte de stationnement pour personnes handicapées sous certaines conditions.



Cette carte vous autorise à stationner à des endroits réservés et dans les zones bleues. Ces places de stationnement sont souvent situées près de des-

tinations importantes, comme l'entrée d'un complexe ou au centre-ville.

Le stationnement est également gratuit dans certaines communes, informez-vous auprès de l'administration de la ville ou de la commune.

A moins que l'attestation officielle ne le prévoie autrement, la carte reste valable pour une durée illimitée et son usage est strictement personnel. Elle ne peut être utilisée que si le titulaire de la carte conduit le véhicule ou accompagne le conducteur en tant que passager.

Vous vous déplacez dans un autre véhicule (en tant que chauffeur ou en tant que passager) ? Dans ce cas, prenez votre carte de stationnement avec vous.

Vous pouvez également utiliser cette carte à l'étranger. Pour en savoir plus, adressez-vous à l'ambassade du pays dans lequel vous vous rendez.

Bon à savoir

Il n'est pas possible de demander plusieurs cartes de stationnement pour la même personne.

Certaines villes et communes réservent quelques places à leurs habitants et habitantes. Dans ce cas, votre carte de stationnement pour personne en situation de handicap ne suffit pas. Vous reconnaîtrez ces places à leur panneau « P » et à l'indication « Riverains ». Ce panneau se trouve toujours au début et à la fin de la zone de stationnement.

Dans d'autres lieux, il est obligatoire de lier sa carte de stationnement à une (ou deux) plaques d'immatriculation, afin de diminuer les fraudes.

Il existe des cartes géographiques des différentes places PMR disponibles.

N'hésitez pas à vous tourner vers le Case Manager de votre région pour plus de précisions.

L'adaptation à la conduite et du véhicule

L'aptitude à la conduite peut se décliner en 2 questions :

- Votre état de santé correspond-t-il aux normes médicales requises selon la loi ?
- Etes-vous en possession des habiletés percep- tives, cognitives et motrices suffisantes pour pouvoir conduire en toute sécurité ?

En effet, un bon conducteur doit être capable d'anticiper et d'éviter les dangers éventuels, d'appliquer le code de la route, d'acquérir ou de développer certains automatismes et stratégies de conduite. Il doit pouvoir s'adapter aux situations nouvelles ou imprévues qui peuvent survenir dans le trafic ou dans son environnement routier (par exemple : travaux, déviation...).

L'existence ou la survenance d'une problématique médicale susceptible d'influencer la conduite du conducteur est un élément déterminant qui doit être porté à la connaissance de l'assurance obligatoire de responsabilité civile automobile. Si vous ne communiquez pas cette information à votre assureur, votre contrat d'assurance pourrait être déclaré nul et, en cas d'accident, votre assurance pourrait vous réclamer le remboursement des indemnités déjà versées en faveur des victimes.

Par ailleurs, si vous avez souscrit une assurance non-obligatoire (Omnium, assurance conducteur...) et si vous omettez de déclarer l'existence / la survenance d'une problématique médicale suscep- tible d'influencer votre conduite, votre assurance pourrait refuser son intervention pour couvrir votre dommage.

L'équipe du Département d'Aptitude à la Conduite (DAC) de l'Agence Wallonne pour la Sécurité Routière (AWSR) vous accueille, vous renseigne et réalise tous les tests nécessaires en vue d'évaluer votre aptitude à la conduite.

Il ne délivre pas de permis de conduire mais une attestation d'aptitude à la conduite et envisage également avec vous les possibilités d'adaptation de votre véhicule.

La première démarche à faire est d'en parler à votre médecin.

Réserver un emplacement PMR

Vous souhaitez disposer d'un emplacement pour personne handicapée à titre individuel ?

Pour ce faire, vous devez satisfaire à certaines conditions et être en possession d'une Carte de Parking.

Veuillez noter que le stationnement n'est pas privé. Cela signifie que toutes les personnes rentrant dans les conditions peuvent utiliser cet emplacement s'il n'est pas déjà occupé.

Mais encore :

Il existe également des services d'aide au dépla- cement. Parmi ceux-ci, on peut mentionner les taxis sociaux et les services de transport social, qui offrent des trajets à prix réduits réservés aux personnes âgées, aux PMR et aux plus démunis.

Bien que cette solution soit plus onéreuse que les transports en commun, elle peut être une alterna- tive pour des trajets ponctuels.

Des services existent également spécifiquement pour les transports à caractère médical, proposant des véhicules adaptés aux PMR et avec possibilité d'un remboursement partiel par les mutualités.

Pour plus de précisions, vous pouvez vous rensei- gner auprès de votre mutuelle et de l'administration communale. Le Case Manager peut aussi vous ré- orienter vers des services spécifiques à votre zone géographique.

SOURCES

Site web du Service Public Fédéral – Direction Générale des Personnes Handicapées :

<https://handicap.belgium.be/fr>

Site web de l'Agence pour une Vie de Qualité :

<https://www.aviq.be/fr>

Site web de la Wallonie :

<https://www.wallonie.be/fr>

Site web de l'Agence Wallonne pour la Sécurité Routière :

<https://www.awsrb.be>

Site web d'informations et de services officiels :

<https://www.belgium.be/fr>

TÉMOIGNAGE RECUILLI PAR VALENTINE SANDERS,

Référente Parkinson Hainaut - Mons, APK.

Le pas vers l'acceptation

Je m'appelle Françoise, j'ai 71 ans, je suis maman de 2 enfants (Laure et Johan) et mamy de 2 petites filles (Elise et Gaïa). Je suis l'initiatrice et la coordinatrice de l'Antenne Athoise de l'Association Parkinson nommée « Park'Ath ». J'ai exercé le métier d'enseignante durant toute ma carrière professionnelle. Je donnais des cours d'informatique en promotion sociale. Comme c'est gratifiant de voir des élèves arriver en septembre, me dire qu'ils n'y connaissent rien en informatique et de les voir se débrouiller à la fin de l'année scolaire.



Françoise à droite

J'ai été diagnostiquée « Parkinsonienne » il y a 26 ans à l'âge de 47 ans en mai 1999. Ce fut mon cadeau de fête des mères !

A la réception du diagnostic, je suis passée par toutes les étapes de ce long chemin qu'est le chemin de l'acceptation : la dépression, le déni, la colère, la révolte et enfin l'apaisement de l'acceptation. Ce chemin est long et douloureux. Chacun le fait à son rythme.

Il faut dire que dans ma famille, la maladie de Parkinson, on connaît ! Une de mes tantes en était très fortement atteinte. En ce temps-là, il n'existe pas beaucoup de solutions. Je me souviens qu'enfant,

j'ai été très marquée par son comportement : elle tremblait énormément et lorsqu'elle marchait, elle se tapait contre les murs pour pouvoir s'arrêter.

Alors, lorsque le neurologue m'a donné - sans aucun ménagement - ses conclusions, je me suis vue comme elle. Je me suis effondrée. Il a fallu du temps pour que cette image s'efface de ma mémoire.



Au moment de mon diagnostic, j'ai cherché de l'aide et je n'en ai pas trouvé ou très peu.

Lorsque l'acceptation a pointé le bout de son nez, j'ai eu envie de faire quelque chose pour aider les personnes qui, comme moi, sont atteintes de cette maladie. J'ai donc pris des contacts avec les antennes environnantes et j'ai rencontré Myriam Lordin de l'antenne de Mouscron, Comines et Tournai qui a gentiment proposé de me parrainer pour la création de l'antenne Athoise. Ce fut une très belle rencontre. Merci Myriam.

Aujourd'hui, avec un petit comité de bénévoles, nous organisons des activités. L'ambiance du groupe est conviviale et chaleureuse. On aime venir s'y ressourcer. On y rencontre d'autres personnes, on se sent compris et on ne s'enferme pas dans la maladie.

Beaucoup me disent que je leur permet d'oublier la maladie, l'inverse est aussi vrai : l'antenne Park'Ath donne un sens à la mienne...

Lors de la 1^{re} conférence de l'antenne Park'Ath, j'ai pris la parole pour expliquer mon parcours et comment l'idée de créer une antenne m'était venue.

Une amie m'a dit « c'est la 1^{re} fois que tu dis publiquement que tu as la maladie de Parkinson. Tu as fait un grand pas », c'était le pas vers l'acceptation.

Pour apprivoiser ce personnage qui vit à mes côtés tous les jours, je lui ai donné un nom « Monsieur Parkinson ». Je lui parle, je le gronde quand il prend trop de place...

Les choses les plus difficiles à vivre pour moi sont la perte soudaine de l'énergie qui survient à l'improvisiste et qui m'empêche de faire ce qui était prévu et surtout le regard des autres qui est parfois difficilement supportable.

Ma plus grande peur est de perdre mon autonomie et de devenir dépendante pour toutes les activités du quotidien.

Mais l'avenir est pour demain et je m'efforce de vivre le présent le plus positivement possible.

Je voudrais remercier toutes les personnes qui m'encouragent et me donnent leur soutien et leur amitié.

Je terminerai par une phrase trouvée dans un des derniers livres que j'ai lu :

« Puisque tu ne peux pas ajouter des jours à ta vie, ajoute de la vie à tes jours »

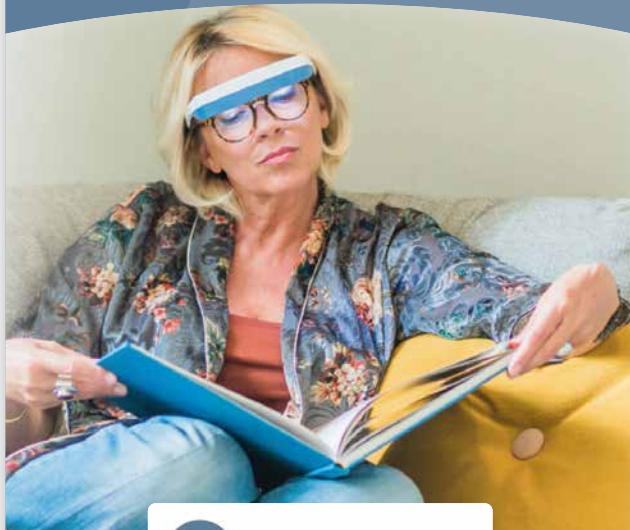


BOUTIQUE

La luminothérapie vous aide à améliorer votre qualité de vie et votre sommeil.

Stimulez votre énergie, améliorez votre humeur en seulement 30 minutes par jour.

Après une large concertation comparative, il est maintenant possible d'acquérir la Luminette selon des conditions avantageuses via l'APk.



Si vous êtes intéressé.e.s, nous vous proposons de nous contacter au 081 56 88 56 ou via

info@parkinsonasbl.be

Selon les réponses recueillies, nous pourrons ainsi vous revenir dans une dynamique d'achats de groupe.

TÉMOIGNAGE RECUILLI PAR CAROLINE BURNOTTE,

Référente Parkinson Brabant Wallon - Charleroi - Namur, APk.

Rencontre avec Christa

Bonjour,

Je m'appelle Christa. Née sous le signe du « scorpion », le 29/10/1954, j'ai un caractère de battante. C'est à Kolwezi (République du Congo) que j'ai vu les premiers rayons du soleil, et que j'ai passé toute ma jeunesse. Une jeunesse dorée comme on dit. C'est là aussi que j'ai fait la connaissance de Michel, mon mari.

Dès l'âge de 10 ans, je savais ce que je voulais faire plus tard : hôtesse de l'air, car j'adore voyager, ou puéricultrice car j'adore les enfants. Mais pour cela, je devais rentrer en Belgique. C'est ainsi, qu'après un an de correspondance, j'ai rejoint Michel à Bruxelles. Lui à l'ULB pour des études de programmeur analyste et moi à l'Ecole Internationale d'Hôtesse Yunon.

Du jour au lendemain, j'ai dû gérer ma vie, budget, études, intendance etc. Moi qui n'avais jamais appris à me débrouiller seule ! J'ai affronté cette nouvelle vie avec panache et entourée de l'amour de Michel. Grâce à lui, j'ai exercé mon métier, mais en restant à terre et que j'ai arrêté de travailler à la naissance de Stéphanie et Vanessa, j'ai pouponné à souhait.

Ensuite, par bonheur et grâce au travail de Michel, notre petite famille a pu s'expatrier 6 ans au Gabon. Ce furent nos plus belles années.

Malheureusement, à notre retour en Belgique à l'âge de 52 ans et pendant 16 ans, nous avons combattu ensemble les difficultés face au cancer de mon mari. J'y ai mis toute mon énergie, ma force, ma bienveillance et mon optimisme. La naissance de notre petit-fils Ugo nous a permis de pouponner à nouveau et d'oublier les moments difficiles. C'est pendant cette période que l'on m'a diagnostiqué la maladie de Parkinson. Je l'ai occultée, niée...



Je connaissais les symptômes à travers la souffrance de ma maman. Elle, que j'avais accompagnée jusqu'à sa délivrance. Je ne voulais pas et je ne pouvais pas tout gérer en même temps !

Aujourd'hui, j'ai l'impression qu'elle s'est mise en mode « veille », car je n'ai aucun souvenir de cet épisode. Une prothèse à la hanche, puis une au genou, ont rajouté un sérieux stress dans la gestion du quotidien. Grâce à tous nos proches (famille, amis et tous nos voisins), nous avons réussi à gérer cette période.

Puis, il a fallu penser à la fin de vie de mon mari, et lui permettre de mourir dans la dignité. Nous en avions beaucoup discuté pendant sa maladie. Avec l'aide de notre médecin, on a respecté son choix de l'euthanasie. Nous avons, mes enfants et moi, accompagné Michel jusqu'à sa fin de vie dans

Témoignages

un endroit où le personnel soignant accompagne le malade avec une infinie douceur, du respect et où la famille est prise en considération. Là où l'on prend le temps de rendre chaque moment agréable et où on réalise les derniers souhaits du quotidien : un bain, une envie de prendre l'air, une envie culinaire, ... Une équipe merveilleuse pour qui je garde une reconnaissance sans limites.



Facilité de voyager avec un service à disposition dans l'aéroport.

Mon mari avait tout prévu pour notre après... tout sauf une chose : l'escroquerie financière d'un de ses meilleurs amis. Celui qu'il avait choisi en toute confiance pour être son témoin administratif pour l'euthanasie ! Après le choc émotionnel, il y a eu le choc psychologique. L'incrédulité face à la trahison, l'impuissance face à la justice. Le manque d'aide en tant que victime et le constat que l'argent a un pouvoir destructeur, mais qui fait apparaître les vrais amis, ceux qui sont toujours là dans les bons et les mauvais moments, ceux qui sont authentiques et sincères, ceux qui démontrent que la bienveillance existe encore.

Ce sont de belles personnes. Et ces personnes m'entourent et me donnent la force de continuer à profiter de chaque moment, chaque opportunité. Tout est possible : il faut y croire...

De chaque situation négative, il peut ressortir un point positif. Partir en vacances malgré son handicap, malgré ses maladresses. Osez voyager, car il existe un service dans chaque aéroport pour vous prendre en charge avec tout le confort nécessaire (bagage, déplacements, accompagnement).

Chez moi, la bonne humeur et la joie de vivre sont les meilleurs médicaments. Cet état d'esprit a le pouvoir de rendre la vie plus facile...

Ma chaise montante s'appelle Juliette et mon nouveau compagnon s'appelle Charles-Edouard (prononcé à l'anglaise !). Charly pour les intimes. Il est beau, élégant, confortable et, en plus, il porte mes emplettes et me permet de me reposer assise sur ses genoux. Il me rassure dans mes déplacements en me tenant la main. Il a un charme fou et il fait sourire quand je le présente : « mon déambulateur ». Je remercie de tout cœur Caroline Burnotte pour m'avoir permis le témoignage ainsi que Alyson Bruggeman pour leurs aides, leur efficacité et leur patience lors de nos réunions.

Grâce à l'Association et à ses belles personnes, nous nous sentons comprises et entourées.

Avançons tous ensemble et que chaque jour soit une victoire.



Une journée à Lille.

TÉMOIGNAGE RECUEILLI PAR CATHERINE TERCAFS,

Référente Parkinson Liège - Luxembourg, APk.

La chorale de Liège à la Journée Mondiale !



La chorale liégeoise a ouvert ce samedi 12 avril, la journée mondiale de la maladie de Parkinson à Charleroi !

Retour sur cet évènement en images et témoignages !

Présentation

Bonjour à toutes et tous !

C'est avec beaucoup de joie que je vous présente la chorale de Liège « Bonheur du jour », née il y a maintenant presque 2 ans au sein de notre association.

Sous la houlette de notre chaleureuse et enthousiaste chef de cœur, Céline Johanne Demol, cette chorale, c'est bien plus qu'un simple groupe de chant. C'est un espace de rencontre, de partage, de soutien, où chacun peut venir comme il est, avec sa voix, son énergie, ses envies... et parfois aussi ses doutes.

Nous le savons tous ici : vivre avec la maladie de Parkinson, ou accompagner un proche, ce n'est

pas toujours simple. Mais au sein de la chorale, on chante ensemble, on respire ensemble, on se donne de la force, sans pression et toujours dans la bonne humeur.

Depuis presque 2 ans, la Chorale est devenue un moment attendu, un rendez-vous où l'on se retrouve, où l'on rit, où l'on se dépasse parfois un peu... et surtout, où l'on prend du plaisir. Parce que chanter, ça fait du bien : au corps, à l'esprit, et au moral !

Aujourd'hui, nous sommes très heureux de vous présenter une petite partie de ce que nous vivons ensemble chaque séance. Ce que vous allez entendre, c'est le fruit de notre travail, mais surtout de notre amitié, de notre complicité, et de notre envie de partager.

Merci à toutes celles et ceux qui participent à cette belle aventure, et à vous qui êtes là !
Et maintenant, place à la musique !

Catherine

Quelques retours des choristes

Participer à la chorale est un pur moment de plaisir. Tout d'abord, au début du cours, notre chef de chœur, nous fait faire quelques exercices, pour aider notre corps à se détendre et se relâcher.

Ensuite, elle nous invite à nous redresser et telle une orthophoniste, elle nous fait faire des exercices drôles et amusants, pour échauffer notre voix et défier nos difficultés : apprendre à gérer son souffle, ainsi que l'articulation et la puissance de la voix.

Notre groupe est super convivial et attentif.

On s'y retrouve toujours dans la joie.

Rita et René

*Chantons
Même peu
Même mal*

*Chantons
En choeur
Chantons
En cœur
Chantons
Encore*

*Pour faire la nique
À un certain Parkinson
Chantons*

Mode d'emploi

Chercher une mélodie entraînante.
Chanter en CANON à la fin de chaque séance de chorale.

(NB. le mot *CANON* me paraît particulièrement indiqué pour souligner l'intention provocatrice de ces quelques vers *LIBRES*).

Bien à vous, Catherine et Céline. On ne vous dira jamais assez merci pour tout ce que vous nous apportez.

Christiane

Nous avons longtemps hésité à rejoindre la chorale de Céline.

Nous regrettons une chose, ne pas avoir franchi la porte du local plus tôt.

Mon épouse éprouve de grosses difficultés de mémorisation et d'élocution.

De là, nos appréhensions.

La porte franchie sans trop d'effort, nous fûmes accueillis chaleureusement par les personnes présentes.

Elles se montrèrent enthousiastes de voir de nouveaux membres rejoindre leur chorale.



*La chorale en plein échauffement
(massage de la sphère orl).*

Nous nous présentâmes brièvement.

Directement, nous nous étonnâmes de l'ambiance cordiale qui régnait dans ce groupe diversement représenté : dames, hommes, relativement âgés et beaucoup plus âgés. Mais tous animés d'un esprit de bien faire, de solidarité et de ferveur qui nous a subjugués mon épouse et moi.

Bref, nous étions partants.

Nous y avons créé des liens de franche camaraderie avec le groupe et d'amitié en fonction de nos affinités.

À ce jour, aucun regret. Mon épouse s'y épanouit à mon grand étonnement.

Je m'en réjouis pour elle. Elle attend avec impatience la prochaine séance qui tarde toujours... à son grand désappointement.

Voilà pour notre entrée dans cette chorale.

Contrairement aux apparences, il s'agit d'une vraie chorale avec une maîtresse de chant et des choristes. Bon, vieillissants un peu peut-être mais vaillants. Assurément.

La maîtresse, Céline, attentionnée et enthousiaste, nous pousse à exécuter des vocalises, des chants incroyables pour les novices que nous sommes.

Céline nous exprime sa joie à nous entendre chanter.

Témoignages

Ses encouragements nous réconfortent énormément.

Notre animatrice, Catherine (France Gall pour les intimes) n'est pas en reste pour pousser la chansonnette... Pour nous, l'essentiel, autant que la musique, demeure les exercices physiques qui nous préparent au chant.

Un quart d'heure d'échauffement nous permet d'entamer le chant dans les meilleures conditions.

Les chansons peuvent débuter avec sérieux et très souvent des éclats de rire.

Excellent pour la santé et le moral.

Nous quittons la séance gonflés à « bloc », surtout les poumons.



Pour notre regard sur la journée mondiale et notre prestation, nous nous réjouissions mais avec une relative appréhension. Tout ça rime comme dans les chansons.

Certain(e)s plus stressé(e)s que d'autres (ouf, ce dernier passe tout seul), mais finalement heureux d'affronter un public !

Notre échauffement fut un peu chahuté par l'entrée inopinée du public.

Mais finalement, le public a assisté à l'échauffement qui reste primordial pour l'exécution de notre travail.

Malgré l'absence de quelques partenaires, notre prestation a semblé satisfaire le public.

Personnellement, j'ai vu des étoiles briller dans les yeux de notre maîtresse.

J'en ai conclu que nous avions assuré un service minimum.

Nous étions heureux d'avoir réalisé un tel parcours ensemble dans la bonne humeur.

Au retour, dans le car, le stress évacué, beaucoup se sont endormis.

Au rythme d'une veilleuse ?

Qu'attendez-vous pour nous rejoindre ?

Lily et William

Nous formons un groupe mixte de parkinsoniens et d'aidants proches.

L'essentiel pour nous est de faire reculer la solitude, le repli sur soi.

Il nous faut garder une vie sociale, faire de nouvelles rencontres...

Il faut continuer d'exister, d'être reconnu.

Avec la chorale, nous passons un réel moment de déconnexion.

Créons un nouveau slogan :



Parkinson Sans Barrière

Chantal

Echos de Caroline Burnotte

NAMUR

Le jeudi 3 avril dernier, le TT Védrin Namur a organisé son premier tournoi de tennis de table pour les personnes touchées par la maladie de Parkinson et c'était une franche réussite !

Cela fait maintenant plus d'une année que le « Ping Parkinson Club » de Védrin a démarré et l'équipe de participants s'agrandit de semaine en semaine.

Ce projet, créé bénévolement par moniteur de tennis de table Eli Laforge, propose aux participants une découverte du tennis de table mais également un espace de rencontre et d'échanges entre personnes touchées par la maladie de Parkinson ainsi que leurs aidants proches. Le cours débute toujours par un échauffement animé par un participant avec un peu d'équilibre, de coordination et également la possibilité d'utiliser une machine qui envoie les balles.

L'enthousiasme et le dynamisme des participants leur a permis de s'organiser pour la mise en place d'un tournoi de tennis de table spécial Parkinson. Les membres de l'antenne de Ath, ainsi que ceux d'Ottignies mais également des parkinsoniens de Mechelen se sont rendus à Védrin pour taper la balle.



Les sportifs



L'échauffement avant le match



Quelques photos d'équipes



Le top départ par notre coach Eli avec une partie de notre équipe de Védrin

Echos de nos antennes



Et voilà les match en cours



*L'excellent repas qui a suivi le tournoi
(un grand merci au traiteur)*



*La grande gagnante du tournoi
qui nous vient de Mechelen*



Les chefs



Le dernier cours de chant avant le mois de septembre



OTTIGNIES

Du côté d'Ottignies, nous avons démarré un cours de théâtre. Les membres participent activement le cours remporte un vif succès.

Peut-être qu'une pièce de théâtre viendra pointer le bout de son nez d'ici la fin de l'année? Affaire à suivre...



NIVELLES

Le 13 mars dernier, le Dr Vanderheyden s'est rendu dans notre antenne de Nivelles pour animer une conférence sur la maladie de Parkinson.

La conférence a remporté un vif succès et a été suivie par un petit drink afin d'inaugurer officiellement l'antenne de Nivelles.



Nous avons également les ergothérapeutes de quartier de l'ASBL Ergo 2.0 qui sont venues nous faire une animation sur la prévention des chutes. C'était très intéressant et instructif.



Ce jeudi 15 mai, nous nous sommes retrouvés au parc de la Dodaine pour un atelier d'initiation à la marche nordique animé par Johan, membre de l'Association Parkinson et moniteur de Marche Nordique. L'activité a remporté un franc succès et nous allons réitérer la chose durant l'été. Si vous ne recevez pas mes mails, faites-en la demande à c.burnotte@parkinsonasbl.be et je vous ajoute à ma liste d'envois des activités d'antenne.



CHARLEROI

A Gilly, notre nouvelle antenne bat son plein, nous avons pu tester, entre autres, un petit « escape game » sur la maladie de Parkinson, de l'art thérapie et une après-midi Rummikub.

Echos de nos antennes



Suite à une demande collective, nous avons lancé un groupe de marche. Un vendredi sur deux, nous nous retrouvons pour aller marcher. Nous sommes allés au Parc de la Serna, au château de Presles pour découvrir les jonquilles en fleur etc.

Si vous désirez rejoindre notre groupe de marche sur WhatsApp, n'hésitez pas à m'en faire la demande par email à c.burnotte@parkinsonasbl.be ou par SMS au 0471 93 11 58



Avec notre case manager, Julie, nous nous sommes rendues à Gerpinnes pour tenir un stand Apk lors de leur premier Salon Senior.



DINANT



En avril dernier à Dinant, une ergothérapeute de quartier de chez Ergo 2.0 est venue nous présenter un atelier sur la prévention des chutes. Ce fut très intéressant, c'était également l'occasion de découvrir leur dispositif d'appel d'urgence.



Echos de Valentine Sanders

CHIMAY

Quoi de mieux que de faire un karaoké, en improvisant complètement ! La Taverne du Galion a pu écouter nos chanteurs en herbe durant une bonne heure. Grands classiques de la chanson française au programme bien entendu.



L'art floral sur l'antenne de Chimay, c'est une entité. (Surtout le duo que nous formons avec José). Cette fois-ci, nous avons eu la chance de travailler avec de superbes roses, sous les conseils avisés d'un membre de la famille de Nadine et José ! Merci à « Le Mathyflores » pour sa disponibilité et sa gentillesse.

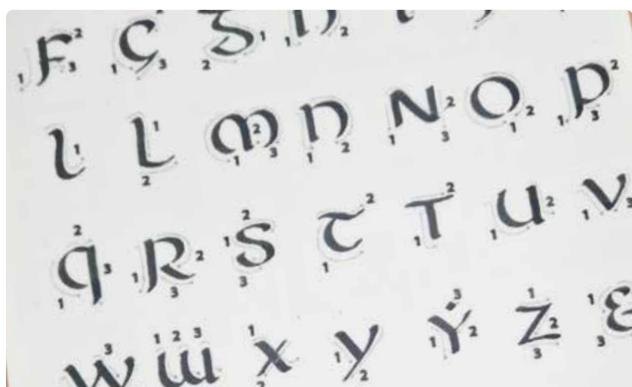


COMINES

Propos recueillis par
Marie-Christine Maes

11 février, « Calligraphie »

Après-midi demandée par certains membres, très instructive, tout le monde était concentré, on entendait les mouches voler. L'écriture de notre ami Roland s'est améliorée, il était fier et satisfait.



8 avril

Par une belle journée ensoleillée nous avons décidé de nous dégourdir les jambes dans les petites rues de campagne et avoisinantes de notre local.

Discussions avec les passants et belles rencontres, la biquette et le chien.

Tout cela suivi de notre collation.



Echos de nos antennes

18 avril

Nous avons eu la chance, grâce à Anne de pouvoir participer à l'élaboration de fresques, sous le guilde d'une artiste « Laurianne Donnez ».

Ces fresques seront utilisées pour le festival « j'veux du soleil » à Houtem, (à côté de Comines). C'est un festival de musique pour tout âge. Quelle fierté pour les membres et pour nous tous de pouvoir contribuer au festival.



13 mai

En ce jour, il y avait peu de monde en antenne; nous en avons donc profité pour passer l'après-midi au soleil dans le jardin.

Groupe de parole improvisé; chacun a parlé de son vécu, raconté des anecdotes de vie, moment très convivial ! Le tout accompagné d'un petit parfum aux fraises.



MOUSCRON, TOURNAI

Propos recueillis par
[Myriam Loridon](#)

À la mi-mars, entre 15 et 20 parkinsoniens et leurs accompagnants sont allés à la découverte de la chèvrerie de Luna à Estaimpuis dans un froid de canard mais sous un soleil resplendissant. Marie Eve avait mis en œuvre tout son savoir et son amour des bêtes pour partager avec nous ce moment particulier. Plusieurs naissances de chevreaux sont donc venues augmenter son cheptel dans cette période propice à la mise bas de ces petites chèvres qui, curieuses, sautaient et gambadaient dans leur enclos. Près de 90 bêtes nous attendaient sous le hangar et beaucoup des participants ont fondu devant leurs petites frimousses et la fragilité des plus petits dont certains devaient encore téter au biberon parce que rejetés par leur mère. C'est donc très attendris que nous avons écouté attentivement les explications de notre hôtesse, et l'avons suivie dans l'élaboration des différentes phases de la formation du fromage. Malgré la nécessité de préserver le lait pour les jeunes chevreaux, quelques litres ont pu servir à l'élaboration d'un fromage frais, un autre aillé



et une base légèrement tomatée, et quelques dés d'une tomme bien goûteuse. Nous attendons avec impatience le moment où nos commandes pourront être honorées pour déguster en famille ces petits délices et goûter encore à l'accueil convivial et très chaleureux de ces amoureux des chèvres qui après avoir tenu une exploitation traditionnelle avec des vaches se sont reconvertis avec bonheur dans la chèvrerie. Malgré la température extérieure glaciale, le petit tour en charrette à cheval a été très apprécié grâce aux plaids que la propriétaire avait mis à disposition des participants, mais c'est probablement le moment du biberonnage et des câlins avec les chevrettes qui a le plus marqué notre groupe.



L'activité de février a certainement surpris plus d'un participant, tant par les instruments qui ont été présentés que par les explications de la sonothérapie et des effets que la musicothérapie peut avoir sur les conditions de bien être mental qu'elle peut engendrer. Un petit avant-goût d'un futur atelier qui sera présenté lors de la journée internationale du parkinson en avril. La possibilité de tester l'application a permis d'apprécier pour d'autres la qualité de

la détente et des effets sur le sommeil sur les patients et leurs accompagnants qui ont pu en faire l'expérience. Certains se sont même payé un petit voyage dans les bras de Morphée avant d'émerger au moment du gong dans une autre dimension. Une vraie découverte : à conseiller.



Traditionnellement, il arrive souvent en avril que nous déployons nos talents créatifs dans de superbes bouquets floraux avant un petit apéro dînatoire qui réunit tout le monde autour d'un verre mais aussi de quelques amuse-gueules ou d'un repas à thèmes. Cette année notre sympathique fleuriste était très occupée sur un autre projet et c'est donc Béa qui s'est proposée de nous faire découvrir d'autres créations : des petits objets en jesmonite : autant de vases, boîtes à bijoux, portes lunettes ou vide-poches aussi élégants que délicats, construits de nos mains avec précision et minutie qui nécessitent un temps de pose pour assurer une fixation du produit avant un démoulage précis. Cette pause a été mise à profit pour déguster une copieuse assiette dégustation de charcuteries, fromages et crudités avec un verre de vin ou deux, un bon café et de succulents chocolats de Pâques. La matinée fut si plaisante que nous pensons la reproduire pour les fêtes de Noël et créer nos propres décos de fin d'année. Merci Béa pour cette jolie découverte.



Le second apéro de notre antenne a accueilli ce 4 mai beaucoup de sympathisants, l'ambiance y était conviviale et bon enfant, les petites fringales ont pu trouver de quoi se rassasier : assiettes de dégustation, saumon délicieux fumé maison, croques et autres saucisses ont régalé les plus gourmands. La salle de la Grange pouvant accueillir bien du monde, le prochain apéro devrait drainer une population encore plus nombreuse avec une communication particulièrement renforcée. Nous avons des pistes !!! Le sourire et la bonne humeur d'une équipe particulièrement efficace ont fait le reste et nous pouvons être très fiers de toutes nos recrues. Merci à tous ceux qui ont fait le déplacement !!! Merci aux bénévoles qui se sont donnés à fond.

Echos de nos antennes



Désormais devenus réguliers, les ludo - vendredis accueillent de plus en plus d'amateurs de jeux de société. Autour d'un petit café et de quelques gourmandises, c'est un moyen très efficace de se payer une bonne tranche de rire en découvrant de nouveaux jeux et en permettant des rencontres agréables dans la décontraction. Que demander de plus qu'un local un peu plus grand pour être à l'aise ? Merci à ceux qui ont ouvert leur maison pour

les premières rencontres, où malgré la concentration, tous se montraient ravis de leur participation. Nous essayerons de satisfaire ce besoin de local au plus vite. Le groupe de danse aussi commence à bien fonctionner, les passionnés pourront s'y exercer selon un calendrier qui sera établi dès juin en accord avec le prof.

MERCI POUR SON IMPLICATION.



MONS

Depuis le 26 avril dernier, le club de boxe Mind Athlétics nous a ouvert ses portes. Deux fois par semaine (mardi et jeudi de 10h30 à 11h30), un petit groupe de vaillants guerriers se rejoint pour un cours de mobilité et de boxe sans contact. Mike, le coach, ne laisse pas de répit: bouger pour que Parkinson recule !



Echos de nos antennes



Présentation de la maladie et de l'Association au Foyer « l'Espérance » à Bray. Explications, écoute et échanges constructifs entre les résidents, le personnel et les familles.



On varie les plaisirs sur l'antenne ! Un atelier « Quiches en tout genre » a été proposé. Cela sentait bon dans toute la pièce mais surtout... c'était très bon !



Echos de nos antennes



Ce premier mai, l'antenne a eu la chance de pouvoir bénéficier d'un coaching d'une matinée au club « La Marcotte ». Fatigue au programme mais tous en sortent ravis !



Le 25 avril dernier, l'antenne de Park'Ath s'est rendue dans les Vergers fleuris pour une marche bucolique.



Ce mercredi 14 mai, la police est venue sur l'antenne afin de parler de sécurité. Tous étaient attentifs aux conseils avisés.



Le 16 juillet, un atelier « papier » sera organisé au sein de l'antenne.

Voici déjà deux créations de Françoise. N'hésitez pas à la contacter si vous voulez vous inscrire à cette activité.



Echos de Catherine Tercafs

HY

Merci à Zélia Pertin, du service Ergo 2.0, pour ses précieux conseils et la présentation de son service à l'antenne de Huy.



LIÈGE

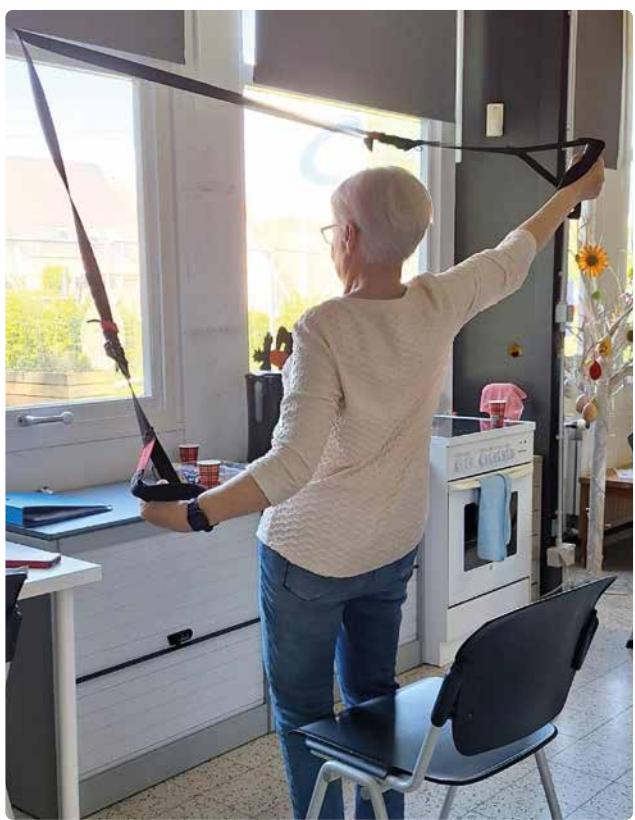
Liège papote, échange, s'instruit ensemble ! Chacun apporte sa pierre à l'édifice et partage son vécu.





VAUX

Tennis de table, parcours équilibre, renforcement musculaire, posturologie et jeux de quilles scandinaves sous le soleil pour l'antenne de Vaux ! Merci à Olivier Amand, coach sportif, pour son engagement, ses précieux conseils et son matériel ! Vaux, une antenne résolument sportive !



VERVIERS

A la demande des membres, l'antenne de Verviers s'est scindée en deux groupes lors de quelques rencontres. Les aidants proches se sont retrouvés ensemble d'un côté tandis que les personnes atteintes de la maladie sont restées au local. L'occasion pour chacun, quel que soit son statut, d'échanger librement, de partager ses craintes, ses joies, sa tristesse et ses interrogations. Notre case manager, Laurence Jeukenne, a participé à l'une de ses séances afin de répondre à de nombreuses questions.



DIVERS

Notre chef de projet, Vincent Fortemps, en pleine explication de la maladie de Parkinson. En effet, plusieurs fois par mois, l'équipe se déplace dans différents services pour informer sur la maladie.



Compostelle 2025 !

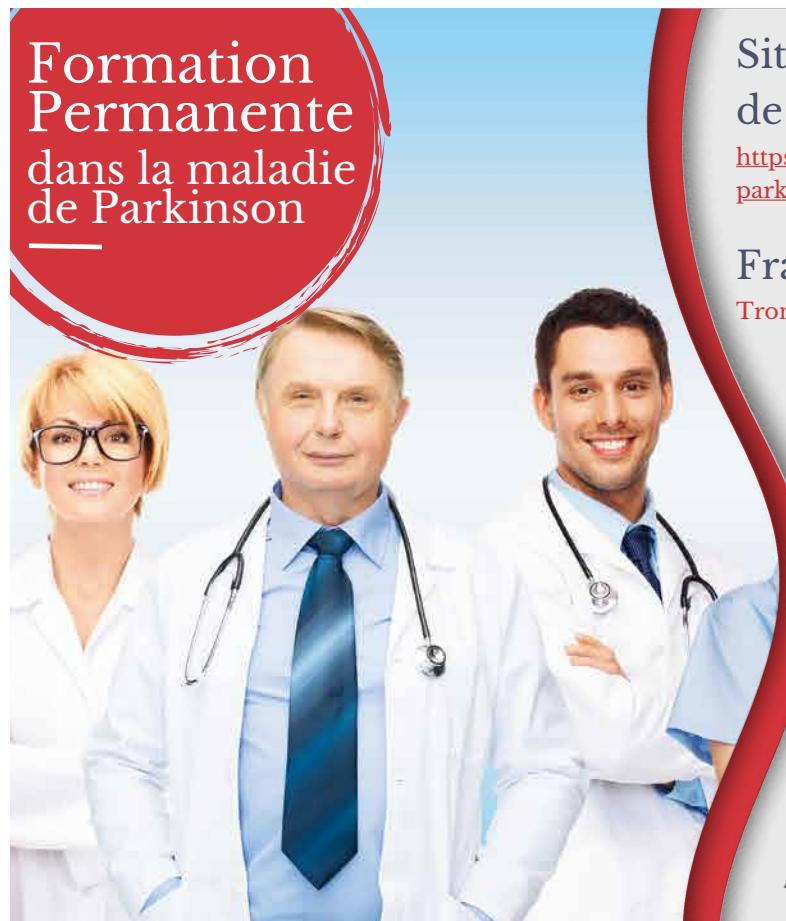
Deuxième périple pour notre vaillante Chantal Corman ! Accompagnée de Guy, atteint aussi de la maladie de Parkinson et d'une joyeuse bande d'amies, Chantal a repris les chemins de Compostelle ce samedi 26 avril ! L'objectif de cette année est de rejoindre Namur ! Plusieurs étapes sont programmées et jalonnent les prochaines semaines ! Cette marche est parrainée ! Les fonds récoltés seront reversés à l'Association ! Suivez-nous sur Facebook pour ne rien rater de cette épopée !



FORMATION PERMANENTE APK

dans la maladie de Parkinson pour les professionnel.elle.s de la santé

Parlez à votre médecin, kinésithérapeute, infirmier.e, logopède, ergothérapeute, pharmacien.ne, (neuro)psychologue...



Formation Permanente dans la maladie de Parkinson

Site web dépendant de l'Association Parkinson
<https://www.parkinsonasbl.be/liste-certification-parkinson/formation-permanente/>

Frais de participation
Tronc Commun & formation continue

400 € pour les professionnels
200 € pour les étudiants
300 € pour les professionnels si 2 inscriptions minimum par institution

Inscription
Info@parkinsonasbl.be

Les modalités de paiement vous seront transmises à la réception de votre inscription.


ASSOCIATION
PARKINSON A.S.B.L.
ENSEMBLE BIEN PLUS FORTS


service public fédéral
SANTÉ PUBLIQUE
SECURITÉ DE LA CHAÎNE ALIMENTAIRE
ET ENVIRONNEMENT

Au terme de la formation, un certificat APK est prévu pour les professionnels de la Santé.

Le programme de cette formation (qui vous sera communiqué prochainement) se compose de 6 samedis en matinée, de **septembre 2025 à février 2026**.

Contact : [info@parkinsonasbl.be](mailto:Info@parkinsonasbl.be)



Le Service Public Fédéral (Direction générale Soins de santés, Service Soins aigus, chroniques et personnes agées) octroie la possibilité de promouvoir et aider à structurer une collaboration interdisciplinaire entre les prestataires de soins externes dans le traitement des patients atteints de la maladie de Parkinson

POUR QUI?

Les prestataires de soins infirmiers et paramédicaux travaillant dans les hôpitaux, dans le secteur des soins à domicile ou dans des structures résidentielles.

OBJECTIFS

- Promouvoir la concertation, la collaboration, la spécialisation entre et pour les prestataires de soins.
- Permettre de mieux faire connaître l'offre de soins spécifique aux patients atteints de la maladie de Parkinson dans les hôpitaux, le secteur des soins à domicile et les structures de soins résidentielles (via l'Association Parkinson)
- Contribuer à une adéquation optimale entre les soins proposés et les besoins du patient



LES RENDEZ-VOUS DE NOS ANTENNES :

nos activités locales et externes

Cet agenda peut faire l'objet de modifications en dernière minute. Le cas échéant, vous en serez informé.e.s via notre site www.parkinsonasbl.be et notre page facebook dédiée à l'APk « Association Parkinson-Belgique ». Nous vous rappelons la disponibilité de vos référentes Parkinson APK.

Restez informé.e.s en consultant la page facebook de l'APk ou via les référentes Parkinson APK. Retrouvez les coordonnées en avant dernière page de ce magazine.

RÉGION WALLONNE

PROVINCE DU BRABANT WALLON

ANTENNE DE NIVELLES

Rencontre chaque 1^{er} jeudi du mois de 14h00 à 16h00.

Maison de Repos Jean Nivelles
Rue des Coquelets, 22b - 1400 Nivelles
Mme Caroline Burnotte - 0471 93 11 58
Référente Parkinson Provinces Brabant Wallon – Namur – Charleroi
c.burnotte@parkinsonasbl.be

AGENDA DES RENCONTRES

Juillet : antenne fermée.

Août : antenne fermée.

Une rencontre en extérieur sera proposée, n'hésitez pas à m'envoyer un email à c.burnotte@parkinsonasbl.be afin d'être tenu au courant des activités estivales.

Jeudi 4 septembre : de 14h00 à 16h00 : Parkinson Café de la rentrée, dégustation de chocolats.



ACTIVITÉS EXTERNES

GYM ADAPTÉE PAR GYMSANA

Chaque lundi de 13h30 à 14h30
Maison de repos « Nos Tayons »
Salle de Sport - Rue Sainte Barbe, 19 - 1400 Nivelles
M. Alexandre Carretta - 0487 72 81 39
info@gymsana.be

MARCHE NORDIQUE ADAPTÉE GYMSANA

Chaque lundi de 9h30 à 10h30
Parc de la Dodaine, avenue Jules Mathieu, 17
1400 Nivelles
Rendez-vous sur le parking du Royal Smashing Club Nivellois.
Mme Ingrid Van Dijk - 0487 72 81 39
info@gymsana.be

Les rendez-vous de nos antennes

ANTENNE D'OTTIGNIES

Les rencontres : chaque lundi de 14h00 à 16h00
Local communautaire du Buston
Avenue des Eglantines, 5 - 1342 Limelette
Mme Véronique Dugailly - 0495 79 70 14
M. Jean-Michel Jacquet - 0495 46 99 78
parkinson.ottignies@gmail.com

AGENDA DES RENCONTRES

Juillet : rencontre chaque lundi.

Août : rencontre chaque lundi.

Septembre : rencontre chaque lundi.

PING PONG PLAISIR CLUB - APK

Tous les mardis de 13h30 à 15h30, Jean-Michel vous propose de le rejoindre pour une partie de tennis de table.

Au club house du terrain de football de Limelette, rue des Sorbiers, 120a - 1342 Limelette, dans la salle annexe

3€ par séance



NEW

ACTIVITÉS EXTERNES

MARCHE NORDIQUE ADAPTÉE À LA MALADIE DE PARKINSON

Chaque mercredi de 15h30 à 16h30
Bois des Rêves, allée du Bois des Rêves, 1
1340 Ottignies
Mme Ingrid Van Dijk - 0487 72 81 39
info@gymsana.be

CIRCUIT ÉQUILIBRE PAR OLIVIER DEHARYNCK

Chaque vendredi de 10h30 à 11h30
Au Centre Care Fit
Avenue des Combattants, 237 - 1332 Genval
15€ par séance ou forfait de 120€ pour 10 séances

A promotional image for a circuit balance class. It features a brain scan with glowing activity, two people performing balance exercises, a network diagram, and a group of people using resistance bands. Text on the right includes: "à partir de 15 personnes à Géval", "Vous avez une maladie neuronale ou vous estimez que votre équilibre vous fait progressivement défaut ? Ceci est pour vous !", "CIRCUIT ÉQUILIBRE", "Venez vous connecter à votre proprioception grâce à nos circuits bonne humeur ouverts à tous.", "Vous pourrez améliorer votre stabilité tout en travaillant vos muscles et vos ligaments.", "COURS", "Olivier Deharynck coach spécialisé en proprioception 0486 158 294 Tous les vendredis de 10h30 à 11h30", "CAREFIT Centre de santé et bien-être 237 avenue des Combattants 1332 Genval www.carefit.be", and a portrait of Olivier Deharynck.

Les rendez-vous de nos antennes

GYM ADAPTÉE

Chaque vendredi de 10h30 à 11h30
Local Communautaire du Buston
Avenue des Eglantines, 5 - 1342 Limelette
Mme Ingrid Van Dijk - 0487 72 81 39

REVALITY SPORT

TENNIS DE TABLE
Chaque jeudi de 17h15 à 18h45

MARCHE NORDIQUE

Mardi et vendredi

Centre William Lennox - Salle de Sport
Allée de Clerlande, 6 - 1340 Ottignies - LLN
M. Philippe - 0488 44 90 87
info@revality-sport.be

ATELIERS « CHANTONS ENSEMBLE »

Atelier spécialisé pour les personnes atteintes d'une maladie neurologique.
Pas besoin de chanter juste ou de savoir lire une partition pour venir. Tout le monde est le bienvenu.
Chaque 3^e vendredi du mois de 14h30 à 16h00
Centre médical Arboresco
Rue Général de Gaulle, 3 - 1310 La Hulpe
20€ par séance ou forfait 60 € pour les 4 séances (15€/séance) - 5€ par séance pour les accompagnants voulant être présents.
Mme Jennifer - 0472 72 73 66 - info@arboresco.be



PROVINCE DU HAINAUT

ANTENNE PARK'ATH

Tous les lundis : de 10h00 à 11h00 cours de gymnastique adapté.
Tous les mercredis et vendredis : entraînements de tennis de table (lorsque la salle est libre).
Centre Zom'Altitude
Rue du Faux, 2 - 7903 Blicquy
Mme Françoise Foucart - 0496 75 21 47
francoisefoucart@yahoo.fr

AGENDA DES RENCONTRES

Mardi 1 juillet : visite guidée avec dégustation du domaine au « Chant d'Eole » à Mons (producteur de vins belges plusieurs fois médaillé).

Jeudi 10 juillet : atelier théâtre de 15h30 à 17h30 au centre « Zom'Altitude à Blicquy.

Jeudi 17 juillet : atelier théâtre 1^{er} workshop de 10h00 à 16h00 au centre « Zom'Altitude » à Blicquy.

Vendredi 25 juillet : marche à Quevaucamps suivie de la visite du musée de la bonneterie.
RDV : rue Paul Pastur, 62 - 7972 Quevaucamps pour la marche à 13h00 et pour la visite à 14h00.
Participation : 4€ par personne pour les membres de Park'Ath en ordre de cotisation 2025 et 5€ pour les autres. Park'Ath paie le guide (20€).

Jeudi 7 août : atelier théâtre 2^e workshop de 10h00 à 16h00 au centre « Zom'Altitude » à Blicquy.

► **Mercredi 17 septembre** : après-midi récréative au « Dé botté » (jeux anciens et de société). Rdv à 14h00 sur la place de Tournai.

Vendredi 26 septembre : marche à Attre suivie de la visite du château et du parc. Rdv sur le parking face au château à 14h00 pour la marche et à 15h00 pour la visite. Participation 5€ par personne pour les membres de Park'Ath en ordre de cotisation 2025 et 8€ pour les autres. Park'Ath paie le guide (30€).

Les rendez-vous de nos antennes

ACTIVITÉS EXTERNE

Toutes les activités ont lieu au centre « Zom'Altitude »
Rue du Faux, 2 – 7903 Blicquy



Mme Françoise Foucart - 0496 75 21 47
francoisefoucart@yahoo.fr

GYM ADAPTÉE

Chaque lundi de 10h00 à 11h00 au centre « Zom'Altitude » - Mme Rosanna Sevillano.

TENNIS DE TABLE ADAPTÉ

Jeudi de 9h30 à 11h00 à la Marcotte :
rue de l'Eglise - 7950 Huissignies.

MARCHE

Organisée un vendredi par mois.

ANTENNE DE MONS

Conférences ponctuelles
CHU Ambroise Paré - Salle Leburton
Boulevard Kennedy, 2 - 7000 Mons
Mme Valentine Sanders - 0497 70 79 81
Référente Parkinson Provinces Mons - Hainaut
v.sanders@parkinsonasbl.be

Tous les 3^e mardi du mois, de 17h00 à 19h00,
nous vous attendons RUE LAMIR, 18/20 - 7000
MONS. En plein cœur de la cité du doudou ; sur
l'implantation de la CGSP Mons-Borinage.
Un parking aisément accessible est prévu pour
les personnes à mobilité réduite également.

Contact du coordinateur :
Monsieur Eric Devriese - 0472 82 36 64
apkmons-borinage@outlook.com

BOXE

Les mardis et jeudis de 10h30 à 11h30 cours de
boxe sans contacts et de mobilité au club Mind
Athlétics (Grand'Route, 148 - 7000 Mons).
5 euros par personne et par heure, inscription
obligatoire.



AGENDA DES RENCONTRES

L'antenne ayant rouvert ses portes fin janvier, nous
n'avons pas encore de programmation. Nous en
discutons au fur et à mesure lors des rencontres,
n'hésitez pas à nous joindre à nous !

Mercredi 25 juin : à partir de 17h00 : repas d'antenne
autour d'un méli-mélo de poissons et de
charcuteries. 10 euros par personne. Info et réservation
auprès d'Eric ou de Valentine.

ANTENNE DE CHIMAY

Les réunions ont lieu le 4^e jeudi du mois de 14h00
à 16h00.
Taverne « Le Galion » : Rue des Ormeaux, 30
6460 Chimay
Mme Françoise Bonnier - 0494 94 43 85
Mme Valentine Sanders - 0497 70 79 81
Référente Parkinson Provinces Mons - Hainaut
v.sanders@parkinsonasbl.be

Les rendez-vous de nos antennes

AGENDA DES RENCONTRES

Juillet : apéro de vacances, date à confirmer.

Août : /

Septembre : excursion à l'Abbaye d'Aulne ou au musée du chemin de fer + restauration.

ANTENNE PARKINSON AVANCE - MOUSCRON

Rencontres mensuelles le weekend

Local carrefour (hôpital de jour psychiatrique)

CHM de Mouscron, aile D 4^e étage

Avenue du Fécamp, 49 - 7700 Mouscron

Mme Myriam Lorida - 0496 99 98 86

parkinson1.ho@gmail.com

GYMSANA

Salle polyvalente, rue de la Vellerie à Mouscron.

Toutes les semaines (sauf pendant les congés scolaires) le mercredi de 10h45 à 11h45.

COURS DE TAI-CHI

Adaptés au Parkinson, de danse et une chorale.



PARKINSON CAFÉ

4x/an ouvert aux accompagnants.

A VOS MARQUES PRÊTS

Toutes les semaines, abonnements disponibles.

AVMP (à vos marques prêts) est ouvert aux PK pour une remise en forme à son propre rythme, et de manière personnalisée avec un kiné : séance de

1h30 (prendre rv en ligne), possibilité de sophrologie
infos 0496 99 98 86 auprès de Mymy. L'antenne de Mouscron prend en charge ces activités.

TANGO

Dernier jeudi du mois de 18h00 à 19h30 au CHM, salle de gym 4^e aile D.

Info au 0497 92 56 67 Sylvie-Anne Orgaer.

JEUX DE SOCIÉTÉ

Dernier vendredi du mois de 14h00 à...

Info et inscription Sylvie-Anne Orgaer.

*Contactez Mme Lorida - 0496 99 98 86
ou Aglaé - 0473 38 17 40 pour plus d'informations*

AGENDA DES RENCONTRES

Mercredi 25 juin : banquet annuel à la Blommerie.

Juillet et août : /

Septembre : du 11 au 14 septembre, voyage en Normandie.

Les activités annexes continuent durant les congés.

ANTENNE DE COMINES - PARKI'LYS

Parkinson Café : Tous les premiers mardi du mois de 14h00 à 16h00

Salle Gilbert Deleu, maison du village à Comines

Aglaé - 0473 38 17 40

Mme Lorida - 0496 99 98 86

parkinson1.ho@gmail.com

AGENDA DES RENCONTRES

Juin : deuxième mardi du mois, activité en fonction de la météo.

Juillet : resto d'antenne, date à confirmer.

Août : /

Septembre : à confirmer.

Les rendez-vous de nos antennes

ANTENNE DE CHARLEROI (GILLY)

Bonne nouvelle, les antennes de Charleroi déménagent à Gilly !

Rencontres chaque 3^e jeudi du mois de 14h00 à 16h00 et, par la suite, des rencontres en soirée seront proposées dans la foulée de 17h00 à 19h00 !

Nouvelle adresse :

Chaussée de Lodelinsart, 100
6060 Gilly

Mme Caroline Burnotte - 0471 93 11 58

Référente Parkinson - Provinces Brabant Wallon - Namur - Charleroi

c.burnotte@parkinsonasbl.be

AGENDA DES RENCONTRES

Juillet et août : antenne fermée.

Des rencontres en extérieur seront proposées, n'hésitez pas à m'envoyer un email pour rester informés à *c.burnotte@parinsonasbl.be* ou par SMS au 0471 93 11 58.

Jeudi 18 septembre : de 14h00 à 16h00 (date à confirmer) : Parkinson Café : rencontre témoignage sur la Stimulation Cérébrale profonde et la pompe à Duodopa.

ACTIVITÉS EXTERNES

DANSE CARE TO DANCE (ANCIENNEMENT KINESIPHILIA)

Chaque jeudi de 10h30 à 11h30
L'Eveil asbl
Rue Joseph Wauters, 48 - 6043 Charleroi

Inscription obligatoire auprès de

Mme Maïté Guérin - 0470 23 82 49

PROVINCE DE LIÈGE

ANTENNE D'EUPEN

Alle Freitagstreffen finden im PRT von 14.30 bis 17.00 Uhr statt! Patientenrat-Treff.

Aachener Straße, 6 - 4700 Eupen

M. René Thomas - 0471 40 60 33

rethowa@hotmail.com

AGENDA DES RENCONTRES

Erratum : dans le précédent trimestriel, l'agenda proposé pour l'antenne d'Eupen était celui de 2023 et non celui de 2025. Je souhaite présenter mes excuses les plus sincères à Monsieur Thomas, coordinateur de l'antenne, pour les désagréments occasionnés.

Freitag, 25.07.25 : lockere Gesprächsrunde.

Tierpark Drimborner Wäldchen / Visite d'un parc animalier.



Freitag, 29.08.25 : lockere Gesprächsrunde.

Wort in den Tag mit Berni Schmitz / Paroles de réflexion avec Berni Schmitz.

Freitag, 26.09.25 : lockere Gesprächsrunde.

Besuch beim BRF / Visite du BRF (Belgischer Rundfunk, radio belge germanophone).

Les rendez-vous de nos antennes

ANTENNE DE HUY

Rencontres chaque 1^{er} mercredi du mois de 14h30 à 17h00

Résidence Notre Dame
Avenue de la Croix Rouge, 1 - 4500 Huy
*M. Freddy Lennertz - 0477 33 60 64
lennertz.freddy@gmail.com*

AGENDA DES RENCONTRES

Pas de rencontres en juillet et en août. Néanmoins, n'hésitez pas à transmettre vos coordonnées pour être tenus informés des rendez-vous estivaux (promenades, musées, découvertes, moments gourmands).

Mercredi 3 septembre : sera défini ultérieurement.

ANTENNE DE LIÈGE

Rencontres chaque 3^e jeudi du mois, de 14h00 à 16h00

Local Intergénérationnel
Au croisement de la rue des Déportés et de la rue Nicolas Spiroux - 4030 Grivegnée
*Mme Catherine Tercafs - 0471 91 70 63
Référente Parkinson Province de Liège
c.tercafs@parkinsonasbl.be*

AGENDA DES RENCONTRES

Pas de rencontres en juillet et en août. Néanmoins, n'hésitez pas à transmettre vos coordonnées pour être tenus informés des rendez-vous estivaux (promenades, musées, découvertes, moments gourmands).

Jeudi 18 septembre : sera défini ultérieurement.

ACTIVITÉS EXTERNES

CARE TO DANCE LIÈGE

Samedi de 10h00 à 11h00
Lieu : LE PATIO - Maison de la Danse, Place des déportés, 5 - 4000 Liège
*Coach : Maïté Guérin - 0470 23 82 49
maite@fityourmind.be*



TANGO THÉRAPIE + DANSES ADAPTÉES

Danse Académie
Danse animée par Audrey et Patrick - 0479 45 86 72
« Les pas précis » 5€/séance ou forfait

Oreye : le mardi de 10h00 à 12h00.
Rue de la Centenaire, 22b - 4360 Oreye.

Ans : jeudi de 10h00 à 12h00.
Salle Henriette Brenu, rue Gilles Magnée - 4430 Ans

Barchon : le jeudi de 14h00 à 16h00.
Rue Del Potale (terrain de football) - 4671 Barchon



NEW

MARCHE NORDIQUE ADAPTÉE avec 'VERT LA FORME'

Chaque mardi matin à Liège !

Distance : 3 à 5 km, terrain plat.

Prendre les bouchons.

Lieu : Parking non couvert à l'arrière du centre commercial de Belle Île, près des bulles à verres et à vêtements.

Rendez-vous à 09h45 – Départ à 10h00

Marche entre 3 et 5 km sur terrain plat à une allure adaptée pour les personnes ayant une mobilité réduite (convalescence, handicap léger, maladie, condition physique à reconstruire, âge...). L'allure de cette marche sera adaptée au rythme du participant ayant le plus de difficultés et le nombre d'arrêts y sera assez important si nécessaire.

Selon le nombre de participants et leur forme, plusieurs sous-groupes pourraient être constitués. Ambiance bienveillante !

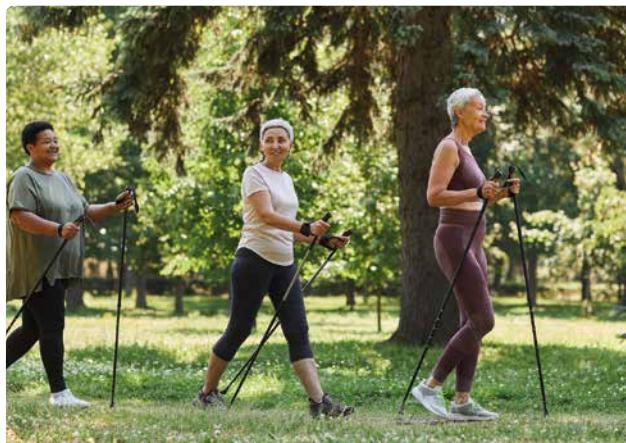
Guide : Dany Wérisse - 0476 219 919

Merci de prévenir par SMS

Pour plus d'informations sur les tarifs (modiques), n'hésitez pas à consulter leur site internet :

<https://vertlaforme.be>

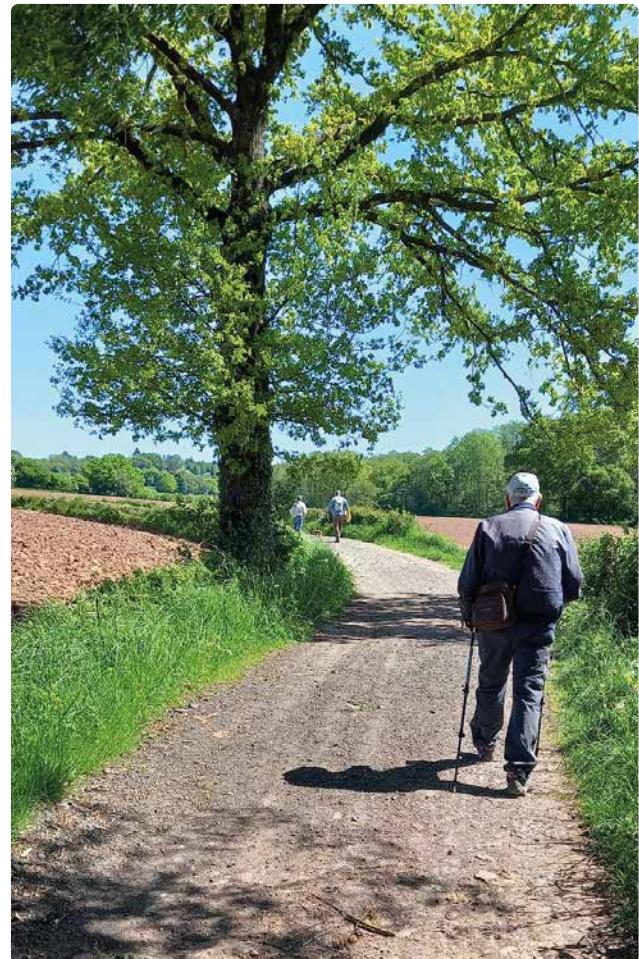
ou à les contacter au 0477 97 73 54



Chantal, notre marcheuse, vous propose une **marche** par mois (soit le samedi ou le dimanche) :

- au début, environ 6 km avec possibilité d'augmenter par la suite ;
- possibilité de restauration à l'arrivée ;
- départ des marches : Visé, Coo, Banneux, Eupen, La Gileppe, Centre Botrange, Spa...
- moyenne de marche: 3.5 à 4 km/h ;
- attention : parcours comportant parfois du dénivelé.

Les personnes qui seraient intéressées peuvent contacter Chantal au 0479 41 96 67.



Si on chantait !

Chaque 2^e et 4^e jeudi du mois, à l'antenne de Grivegnée (**Liège**), la chanteuse et chef de chœur, Céline Johanne nous donne rendez-vous de 10h30 à 12h00 pour chanter ensemble ! Au programme : exercices sur le souffle, l'articulation, la posture, le rythme et surtout, le plaisir de chanter ensemble !

N'hésitez pas à venir nous rejoindre, et ce, même si vous croyez chanter faux !

Détails pratiques :

Adresse : Local intergénérationnel. Au croisement de la rue des Déportés et de la rue Nicolas Spiroux - 4030 Grivegnée

Mme Catherine Tercafs - 0471 91 70 63
Référente Parkinson Provinces Liège
c.tercafs@parkinsonasbl.be

ANTENNE DE VAUX

L'antenne résolument sportive !

Rencontres chaque 2^e vendredi du mois de 14h00 à 16h00

Local des Pensionné.e.s

Rue des Combattants, 26 - 4051 Chaudfontaine

Mme Catherine Tercafs - 0471 91 70 63

Référente Parkinson Province de Liège

c.tercafs@parkinsonasbl.be

AGENDA DES RENCONTRES

Pas de rencontres en juillet et en août. Néanmoins, n'hésitez pas à transmettre vos coordonnées pour être tenus informés des rendez-vous estivaux (promenades, musées, découvertes, moments gourmands).

Vendredi 12 septembre : sera défini ultérieurement.

ANTENNE DE VERVIERS

Rencontres chaque 4^e mardi du mois de 14 à 16h00

Ancienne bibliothèque d'Heusy

Rue Maison Communale, 4 - 4802 Verviers

Mme Catherine Tercafs - 0471 91 70 63

Référente Parkinson Province de Liège

c.tercafs@parkinsonasbl.be

AGENDA DES RENCONTRES

Pas de rencontres en juillet et en août. Néanmoins, n'hésitez pas à transmettre vos coordonnées pour être tenus informés des rendez-vous estivaux (promenades, musées, découvertes, moments gourmands).

Mardi 23 septembre : sera défini ultérieurement.

ACTIVITÉS EXTERNES

ACTIVITÉ PHYSIQUE SPÉCIALE « PARKINSON »

Chaque mardi soir, organisée sous la houlette de l'assistant en médecine physique.

Centre Neurologique et de Réadaptation Fonctionnelle de Fraiture-en-Condroz

Rue Champ des Alouettes, 30 - 4557 Tinlot

Pour s'inscrire, téléphonez au 085 51 91 11

PROVINCE DU LUXEMBOURG

ANTENNE D'ARLON

ATTENTION ! Changement de coordination et de référente !

Merci de contacter notre nouvelle référente pour la province du Luxembourg, Mélanie Ravet !

Rue des Roses, 107 - 6741 Vance

Mme Mélanie Ravet - 0470 49 33 75

Référente Parkinson Province du Luxembourg

m.ravet@parkinsonasbl.be

Les rendez-vous de nos antennes

ANTENNE DE VIELSALM

Rencontres chaque 1^{er} mardi du mois de 14h00 à 16h00 - La Bouvière
Rue de la Bouvière, 14 C - 6690 Vielsalm
*Mme Dominique Gennen - 080 21 41 85
dominique.gennen@cpas-vielsalm.be*

Cotisation 2025 : 40€ à verser sur le compte de Logophonia BE14 0017 5175 0783.

Adresse : Avenue Gilson, 48 - 6810 IZEL.

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter :

Isabelle Bechoux au 0499 14 94 30

Corinne Lecerf au 0472 97 61 61

En partenariat avec la commune de Chiny.

AGENDA DES RENCONTRES

Merci de prendre contact avec Madame Gennen ou de contacter notre nouvelle référente pour la province du Luxembourg, Mélanie Ravet, au :
0470 49 33 75 ou m.ravet@parkinsonasbl.be

ACTIVITÉS EXTERNALES

LOGOPHONIA

Logophonia propose des ateliers de chants pour les personnes atteintes de maladies neurologiques comme Parkinson.

Ces ateliers se déroulent un vendredi par mois au Centre Culturel à Izel de 14h00 à 16h00. Ils sont animés par deux logopèdes.

Le but est avant tout le plaisir de chanter et de se retrouver autour du chant.

Dates des ateliers pour 2025 :

- vendredi 26 septembre
- vendredi 24 octobre
- vendredi 28 novembre
- vendredi 19 décembre



ACTIVITÉS EXTERNALES

CARE TO DANCE (anciennement Kinesiphilia Libramont)

Jeudi 14h10 à 15h10

Place communale, 3 - 6800 Libramont-Chevigny
Hall des sports

Coach : Hélène MUSELLE & Julie HEBETTE

Téléphone : 0497 68 20 63

E-mail : info@fityourmind.be



CARE TO DANCE (anciennement Kinesiphilia Arlon)

Mercredi 10h45 à 11h45 / FR

Parc des Expositions, 13 - 6700 Arlon

Ecole de danse Sophie Gobert

Coach : Carine Baccega - 0497 12 55 46

E-mail : info@fityourmind.be

Les rendez-vous de nos antennes

PROVINCE DE NAMUR

ANTENNE DE NAMUR

Chaque 3^e mardi du mois de 14h00 à 16h00

Association Parkinson

Rue des Linottes, 6 - 5100 Naninne

Mme Caroline Burnotte - 0471 93 11 58

*Référente Parkinson Provinces Brabant Wallon -
Namur - Charleroi*

c.burnotte@parkinsonasbl.be

AGENDA DES RENCONTRES

Juillet et août : antenne fermée.

Des rencontres en extérieur seront proposées, n'hésitez pas à m'envoyer un email pour rester informés à *c.burnotte@parinsonasbl.be* ou par SMS au **0471 93 11 58**

Mardi 16 septembre : rencontre témoignage sur la stimulation cérébrale profonde et les pompes (à confirmer).

ACTIVITÉS EXTERNES

ATELIER ART PLASTIQUES

Deux vendredis par mois.



MARCHE NORDIQUE ADAPTÉE - GYMSANA

Chaque lundi de 13h30 à 14h30

Bois de la Vecquée, rue du Fort - 5020 Malonne

Carte de 10 séances pour 70€.

Mme Ingrid Van Dijk - 0487 72 81 39

E-mail : info@gymsana.be



MOUV'PARKINSON

Chaque mardi de 9h30 à 10h30 ou de 11h00 à 12h00

Place des Jardins de Baseilles, 19 - 5101 Erpent

Prof : Hélène Vanvyve, kiné spécialisée en neuro-revalidation

Inscription au 0486 70 55 97

Ou par email : mouvparkinson@gmail.com



Les rendez-vous de nos antennes

GYM ADAPTÉE - GYMSANA

Chaque jeudi de 11h00 à 12h00
Rue des Linottes, 6 - 5100 Naninne
Carte de 10 séances pour 70 EUR
Mme Ingrid Van Dijk - 0487 72 81 39
E-mail : info@gymsana.be

TENNIS DE TABLE

Chaque jeudi de 14h00 à 16h00, excepté durant les vacances scolaires
TT Vedri Namur
Rue Fond de Bouge, 43 - 5020 Vedrin
Info et inscription auprès de M. Laforge
0475 54 12 19



ATELIER CHANTONS ENSEMBLE

Un mardi par mois.

EXERCICES ÉNERGÉTIQUES XPEO - TAI CHI

Chaque jeudi de 16h00 à 17h15
La méthode XPEO (Potentiel énergétique originel) consiste en des exercices simples et accessibles à tous. Elle permet de découvrir comment bouger en énergie et non en force, également en position assise. Ces cours sont adaptés aux personnes en difficulté au niveau neuromusculaire.

Centre sportif La Mosane : Allée du Stade, 3
5100 Jambes - Prix : 6€ par séance

Mme Andrée Orban : 0474 20 64 29 ou 010 37 05 92
orban.andree@gmail.com



ECOLE DU PARKINSON DE BOUGE (NAMUR)

Équipe pluridisciplinaire spécialisée composée de Médecins en Médecine Physique, Kinésithérapeutes et Ergothérapeutes.

Groupe d'activité physique et de (ré)entraînement à l'effort adaptés, stretching, prévention des chutes, éducation gestuelle et conseils au quotidien.

Après un premier contact avec notre médecin rééducateur afin d'établir avec vous les objectifs du traitement, vous suivrez des séances de groupe pluridisciplinaires et personnalisées d'une durée de 2 heures comprenant une (ré)évaluation de vos (in)capacités physiques, du renforcement et assouplissement analytique et global, de l'endurance, du travail de l'équilibre, du travail de correction de la posture et de la marche, des conseils en aides techniques et aménagements au domicile...

Les séances se déroulent dans les locaux de la Médecine Physique route 231 étage -1 en matinée ou l'après-midi (contactez-nous pour connaître les disponibilités).

Remboursement des séances par votre mutuelle.

Plus d'infos au 081 20 94 98
ou sur le site de la clinique www.slbo.be
ou en tapant « Ecole du Parkinson Namur ».

Inscription au 081 20 94 70
(demandez le secrétariat de Médecin Physique).

Les rendez-vous de nos antennes



ANTENNE DE DINANT

Rencontres chaque 1^{er} lundi du mois de 14h00 à 16h00
Centre Culturel de Dinant - Salle Wiertz au 1^{er} étage
Rue Grande, 37 - 5500 Dinant
Mme Caroline Burnotte - 0471 93 11 58
Référente Parkinson Provinces Brabant Wallon - Namur - Charleroi
c.burnotte@parkinsonasbl.be

AGENDA DES RENCONTRES

Juillet et août : antenne fermée.

Lundi 1^{er} septembre : (date à confirmer car salle indisponible) : Parkinson café, rencontre sur inscription uniquement par SMS ou par email à :
c.burnotte@parkinsonasbl.be ou **0471 93 11 58**

ACTIVITÉS EXTERNES

ATELIER QI GONG

Bonne nouvelle !!! Le Qi Gong se poursuit durant l'été au Kiosque du Centre Culturel de Dinant, de 14h00 à 15h00.

Rendez-vous le : lundi 7 juillet / lundi 28 juillet / lundi 11 août / lundi 25 août.

Info et inscription : Didier Rahir au 0496 63 71 44

GYM DOUCE GYMSANA

Chaque mercredi de 13h30 à 14h30
Salle Récreart
Rue Marcel Lespagne, 63
5540 Hastière
Prix : 6€ par séance



ATELIER MÉMOIRE GYMSANA

Chaque mardi de 9h00 à 10h00
Salle Récreart
Rue Marcel Lespagne, 63
5540 Hastière
Prix : 9€ par séance



MARCHE NORDIQUE GYMSANA

Chaque mercredi de 14h15 à 15h45

Départ depuis Hastiére

Prix : 7€ par séance

*Info et inscription auprès de Jessica
au 0487 82 45 29*



ACTIVITÉS EN LIGNE

Cours de QI GONG (en ligne, via Zoom).

Une activité physique douce et adaptée qui procure un grand bien-être !

Mme Sylvie Daubian - 0472 45 25 70

sylvie.daubiandelisle@gmail.com

Prix : 45€



RÉGION DE BRUXELLES - CAPITALE

Pour les détails, veuillez prendre contact avec l'Association Parkinson au 081 56 88 56.

Votre avis compte pour nous



A vous, chère lectrice, cher lecteur,

Ce magazine est le fruit du travail d'une équipe large et motivée afin de rencontrer vos attentes et besoins en abordant diverses thématiques scientifiques, sociales, juridiques, ludiques...

Une place est largement consacrée aussi à mettre en valeur vos activités d'antenne, vos divers témoignages.

Toujours à votre écoute, nous sommes intéressé.e.s à vos suggestions afin que le contenu de ce magazine réponde au mieux à vos souhaits.

Un sujet ? Une idée ?

Prenez contact avec :
Votre référente Parkinson APk :
Caroline Burnotte, Valentine Sanders
ou Catherine Tercafs
ou au 081 56 88 56

Nous vous en remercions d'avance,

Christine PAHAUT,
*Administratrice et éditrice responsable
de La Tulipe*

LES PROCHAINS RENDEZ-VOUS À BRUXELLES

Organisés par ACTION PARKINSON, Cécile GREGOIRE - 0494 53 10 46



HORAIRE DES ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES

LUNDI

Gymsana* (de 14h00 à 15h00)

MARDI

Gym extérieure et marche nordique

(de 10h15 à 12h00).

Activités spéciales

(tables de paroles, Powermoves, conférences)

JEUDI

Boxe (de 10h00 à 11h00 : av. de Fré, 82 - Uccle)

Care to dance* (de 14h00 à 15h00)

Qi Gong* (de 15h00 à 16h00)

VENDREDI

Tango (de 14h00 à 15h30)

Art-thérapie (de 15h30 à 17h00)

SAMEDI

Boxe (de 9h45 à 11h00, maison de quartier

Malibran, rue de la Digue, 10 - 1050 Ixelles)

Dates confirmées via le groupe WhatsApp.

Les activités ont lieu chaussée de Vleurgat, 109 - 1050 Ixelles, sauf si une autre adresse est stipulée dans le tableau.

Si vous venez pour la première fois à un cours, nous vous recommandons de prendre contact au préalable. Seuls les habitués sont prévenus de tout éventuel changement de dernière minute via les groupes WhatsApp.

Les cours du mardi sont gratuits. Les autres cours sont à 7€/h, ceux avec une * font l'objet d'un remboursement de la mutuelle sur base du document « inscription à un club sportif » de la mutuelle, à faire compléter une fois/an.

ACTIVITÉS SPÉCIALES

- **Table de paroles et accueil des nouveaux membres**, de 14h00 à 16h00, suivie d'une séance de jeux jusqu'à 17h00, 1*/mois.

- Table de paroles réservée aux **aidants proches**, 1*/2 mois.

- **Power Moves** : série de 4 mouvements appris en Italie dans un centre spécialisé pour Parkinson déclinés en mode assis, debout, couché... et exercices typiques (demi-tour, comment se relever). de 14h00 à 15h30, 1*/mois.

- **Conférences :**
(Programme du second semestre 2025)

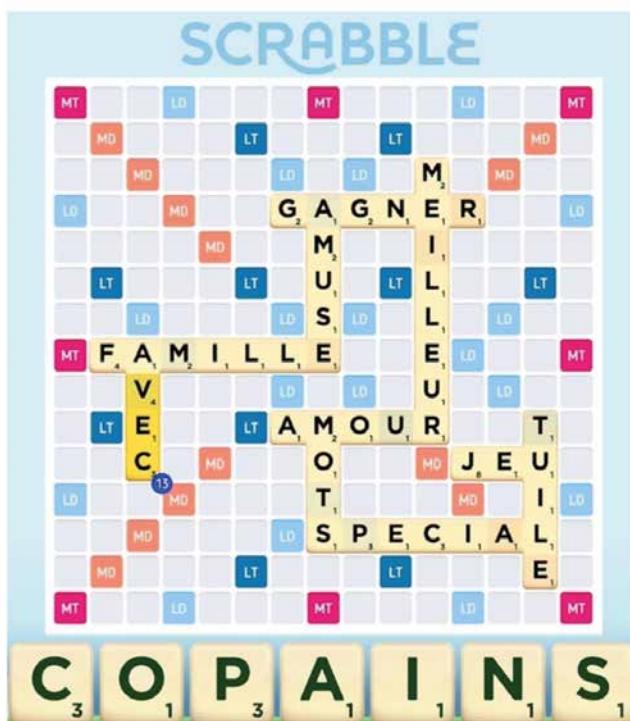
10 juin : Conférence « Les traitements pour Parkinson de l'ABC à la chirurgie », par Pr Frédéric Supiot, chef de la clinique Erasme.

30 septembre : Conférence du Dr Olivier Bouquiaux, neurologue, « Parlons danse ». Dr Bouquiaux a initié en 2014 l'instauration en Belgique de cours de danse spécialement conçue pour Parkinson et mis sur pied un spectacle avec des patients. Depuis, son projet a fait du chemin et s'est articulé autour d'une association « Fit your mind » qui propose d'autres activités physiques adaptées, notamment des voyages-défi. Son expérience et son dynamisme sont remarquables. Ce sera l'occasion de voir un film sur la danse et Parkinson en avant-première !

Avis aux fans de scrabble !

Venez jouer en ligne avec nous sur l'application gratuite Scrabble® GO ! Téléchargeable sur smartphone et tablette !

Infos pratiques : contacter Catherine Tercafs au 0471 91 70 63 ou par mail à : c.tercafs@parkinsonasbl.be



**La plateforme
TROOPER,
une nouvelle façon
de soutenir
l'Association Parkinson
gratuitement !**



Faites-vous des achats en ligne ?

Cette application vous permet de soutenir gratuitement l'Association Parkinson en faisant vos achats en ligne avec les magasins partenaires de Trooper dont Amazon, Vanden Borre, La Redoute, JBC, Delhaize, Coolblue...



Comment ça marche :
Il vous suffit d'aller sur le site internet
et de suivre les instructions

www.trooper.be/fr

(Vous trouverez toutes les informations utiles)
dans le numéro 4/2024 de votre magazine)

AFFILIATION 2025

N'ATTENDEZ PLUS !

En tant que Membre, vous serez au cœur de toutes nos actualités et ne louperez aucune opportunité de vous informer, de partager des expériences de Vie ou de vous divertir.

Vous bénéficierez aussi de l'envoi du magazine et de l'accès privilégié à l'espace membre de notre nouveau site Internet.

Vous profiterez d'un soutien financier pour l'excursion estivale comme pour le repas annuel de votre Antenne locale.

Vous pourrez participer à nos activités d'Antennes locales et de sports adaptés Park&Move.

Pour davantage d'informations, n'hésitez pas à contacter notre secrétariat : **081 56 88 56**



COMMENT FAIRE ?

Il suffit de verser **25€** (vingt-cinq euros) sur le compte bancaire **BE44 7320 4478 4345** Association Parkinson ASBL avec, en communication « Cotisation 2025 + NOM Prénom ».

Le montant de la cotisation demeure identique quel que soit le moment de l'année où vous choisissez de nous rejoindre.

COTISATIONS • DONS • ATTESTATIONS FISCALES • LEGS

Attention : cotisation annuelle actualisée : 25€ *

*La cotisation annuelle (du 1^{er} janvier au 31 décembre) doit être payée en début d'année avant le 1^{er} mars.

A verser sur le compte bancaire **BE44 7320 4478 4345** de l'Association Parkinson avec en communication : (indiquez) « **Cotisation + nom** ».

Les personnes éprouvant des difficultés financières peuvent contacter l'Association au 081 56 88 56.

Dons

A verser sur le compte bancaire **BE62 7320 4260 3461** de l'Association Parkinson avec en communication : (indiquez) « **Don + nom + Niss** (registre national) ».

Attention

Pour être valide, ce montant doit être versé séparément de votre cotisation annuelle. Renouvellement de l'agrément « attestations fiscales ».

Legs

Vous envisagez de faire un legs à l'Association Parkinson ? Nous sommes à votre disposition pour tous renseignements au numéro 081 56 88 56 ou à info@parkinsonasbl.be

COMITÉ SCIENTIFIQUE

Pr. Sophie Dethy

Dr José Antonio Elosegi

Dr Gianni Franco, président

Pr. Gaëtan Garraux

Dr Michel Goncze

Dr Bruno Kaschten

Dr Marta Lamartine

Pr. Alain Maertens de Noordhout

Dr Thierry Piette

Dr Jean-Emile Vanderheyden

Dr Thibault Warlop

Dr Emmanuelle Willhelm

Organigramme

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Gianni Franco	<i>Président</i>
Leonardo Cirelli	<i>Vice-Président</i>
Dominique Charlot	<i>Trésorier F.F.</i>
Christine Pahaut	<i>Administratrice</i>
Claude Collard	<i>Candidat administrateur</i>
Catherine de Smet	<i>Candidate administratrice</i>
Isaline Greindl	<i>Candidate administratrice</i>
Nathalie Salmon	<i>Candidate administratrice</i>

CASE MANAGER

Région du Brabant Wallon

Alyson Bruggeman
Tél.: 0472 54 11 61

Région Namuroise

Valérie Dewitte
Tél.: 0470 40 52 40

Région Liégeoise

Laurence Jeukenne
Tél.: 0471 92 14 76

Région du Hainaut Occidental

Catherine Leblois
Tél.: 0472 39 70 06

Région Luxembourgeoise

Clémence Maissin
Tél.: 0472 17 60 35

Région du Hainaut Oriental

Julie Orban
Tél.: 0470 47 08 53

Réalisation graphique

Fabian Henuzet
www.costart.be

PERSONNES DE CONTACT

Virginie Dirick
Directrice
Tél.: 081 56 88 56
v.dirick@parkinsonasbl.be

Secrétariat
Tél : 081 56 88 56
info@parkinsonasbl.be

Vincent Fortemps
Chargé de projets
Tél: 081 56 88 56
v.fortemps@parkinsonasbl.be

Caroline Burnotte
Référente Parkinson Provinces
Brabant-Wallon - Namur - Charleroi
Tél : 0471 93 11 58
c.burnotte@parkinsonasbl.be
 Association Parkinson Brabant Wallon, Namur et Charleroi

Mélanie Ravet
Référente Parkinson Province du Luxembourg
Tél : 0470 49 33 75
m.ravet@parkinsonasbl.be
 Association Parkinson Luxembourg

Valentine Sanders
Référente Parkinson Provinces Hainaut - Mons
Tél : 0497 70 79 81
v.sanders@parkinsonasbl.be
 Association Parkinson Hainaut

Catherine Tercafs
Référente Parkinson Province de Liège
Tél : 0471 91 70 63
c.tercaf@parkinsonasbl.be
 Association Parkinson Liège





Association Parkinson asbl

Permanence téléphonique de 9h30 à 16h30

Rue des Linottes, 6

5100 Naninne

Tél : 081 56 88 56

info@parkinsonasbl.be

www.parkinsonasbl.be

 Association Parkinson-Belgique



L'APk est membre de l'EpiC (Ensemble pour le Cerveau), le BBC (Belgian Brain Council) et la NPIS (Non Pharmacological Intervention Society)

