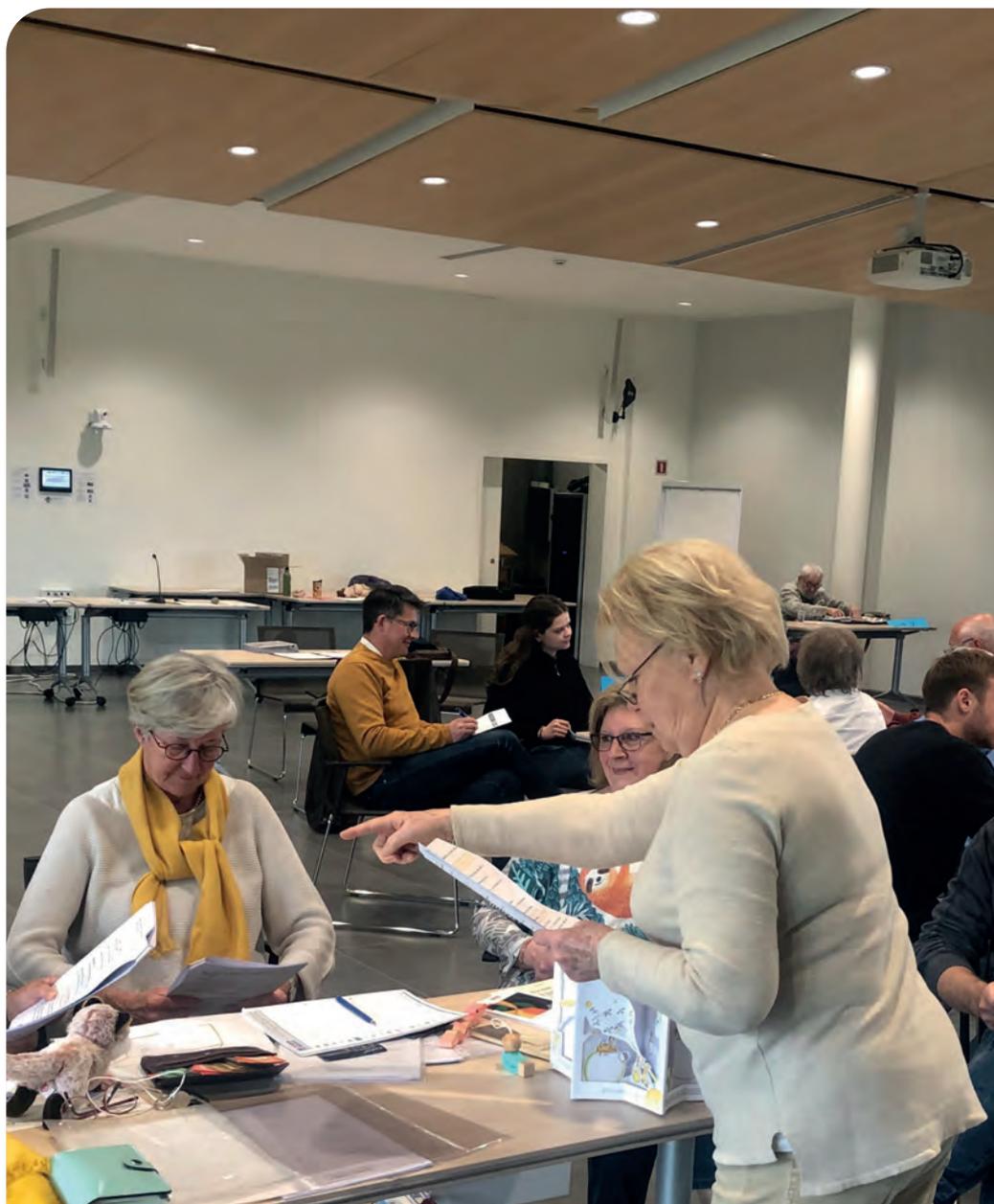


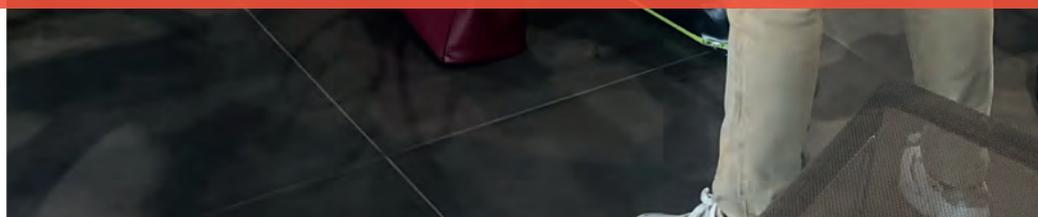
# énééo INFO

bpost  
PB-PP | B-00802  
Belgie(n)-Belgique  
CHARLEROI X  
P401030

MAGAZINE TRIMESTRIEL | JUILLET 2022 | WWW.ENEEO.BE



DOSSIER | La Ruche à projets



## LIÈGE



TÉMOIGNAGES / P04



CONGRÈS / P09



ACTUS SECTEURS / P10

# Sommaire



## 04 // ACTUS RÉGIONALES

- La parole aux sportifs
- Le décodeur
- Assistants numériques
- Label énéo Cyber
- Télé-Accueil Liège
- Jardiner avec des personnes fragilisées
- Protection judiciaire



## 09 // SOUS LES PROJECTEURS

- Séjours liégeois et convivialité
- Congrès 2022

## 10 // ACTUS DES SECTEURS



## L'ACTU FÉDÉRALE

- Le dossier : « La Ruche à projets »

# ÉDITO

## LE MOT DU PRÉSIDENT

### CONGRÈS ÉNÉO 2022

Pourquoi faut-il venir au congrès le 14 octobre ?

Parce que c'est un moment important qui a lieu une fois tous les 10 ans !

Pour vivre une journée riche en rencontres : membres, volontaires, animateurs et associations partenaires : nous serons tous là !

Pour découvrir, **comprendre et s'approprier** le MANIFESTE, la

ligne de conduite qui va guider nos actions durant la prochaine décennie.

Pour voir comment nos valeurs sont mises en pratique dans des projets citoyens et des activités culturelles et sportives.

Pour parler, manger, rire, boire un verre, écouter, chanter, marcher... Bref ! Partager.

Parce qu'on vient vous chercher en bus.

Pour garder le cap, celui de la convivialité bienveillante, empreinte d'écoute, de tolérance, de compréhension et de solidarité. Pour pouvoir dire « J'y étais » !

La fête d'énéo, c'est la vôtre !

*Les membres du bureau énéo/énéoSport : Paulette Schynts, Philippe Urbain, Jacques Lomré et Isabelle Wilmet.*

*Programme détaillé et informations pour vous inscrire en page 9. Un bulletin d'inscription est annexé à ce numéro.*

## FLASH INFO

### Hommage à Madame Chantal Lagrange

Ce 3 mai, Chantal Lagrange, notre présidente du secteur Basse-Meuse, nous tirait sa révérence. Elle a perdu son combat contre le cancer.

Nous garderons le souvenir d'une personne dynamique, toujours souriante. Elle était d'abord la responsable de la Zumba Gold de Hermalle - Visé et, chemin faisant, au fil des réunions de secteur, s'est impliquée dans la préparation de ces réunions en intégrant le Bureau.

Il lui fallut peu de temps pour accepter de reprendre la Présidence en succédant à Paulette Schynts.

Son mandat de présidente, elle avait décidé de s'y investir à fond... mais la maladie l'a très vite forcée à s'isoler pour se protéger, d'autant que le coronavirus était une menace supplémentaire pour elle.

Nous la remercions pour son investissement et tout ce qu'elle nous a apporté.

Nos pensées vont vers sa famille qui comptait beaucoup pour elle, à son époux, ses enfants et petits-enfants qu'elle aimait tant.



*Le Bureau.*

*Photos de ce numéro : Pixabay - Freepik/Rawpixel/bedneyimages*



**Les secteurs de la Régionale de Liège  
Ans-Rocourt**

Ghislain Havelange : 04 263 50 55  
ghislain.havelange@skynet.be  
www.eneo-ans.be

**Basse-Meuse**

Josine Laboureur : 043 79 13 22  
josinelaboureur@gmail.com  
https://www.eneo-basse-meuse.com

**Fléron**

Catherine Keris et Jean Thonnard :  
04 377 26 20  
thonnardjean@gmail.com  
www.eneofleron.be  
www.eneo-embourg.be

**Hannut**

Jean-Marie Poncelet : 019 51 25 01  
jmpma@skynet.be  
www.eneohannut.be

**Huy**

Guy Laruelle : 085 82 57 06  
g.laruelle@hotmail.be  
www.eneohuy.be

**Liège**

Régionale : 04 221 74 46  
liege@eneo.be  
www.eneo-liege.be

**Ourthe-Ambève**

Pierre Nivarlet : 0495 12 81 66  
eneo.ourthe.ambleve@gmail.com  
http://eneo-ourthe-ambleve.be/

**Seraing**

Patricia Bastin : 04 336 56 18  
patriciatitamamy@gmail.com

**Waremme**

Philippe Urbain : 0474 01 68 04  
urbainbill@gmail.com  
www.eneo-waremme.be

**La Régionale de Liège**

Place du XX Août 38 à 4000 Liège  
04/221 74 46  
liege@eneo.be - liege@eneosport.be  
**www.eneo.be - www.eneosport.be**

 Suivez nos pages Facebook  
Énéo Liège et énéoSport Liège

Par souci écologique, si vous recevez  
plusieurs Énéo Info à une même  
adresse, merci de nous le signaler.

# ÉNÉOSPORT

## LA PAROLE AUX SPORTIFS – CAPSULES DE TEMOIGNAGES VIDÉO



qui prépare sa retraite, à celle qui a plus de 90 ans ; du membre qui a commencé le sport sur le tard, à celui qui en a fait toute sa vie ; ou encore celui qui a poussé la porte de nos activités en ne connaissant personne.

Un beau moyen de discuter de leur motivation à pratiquer du sport mais aussi de les entendre témoigner de la convivialité si chère à notre mouvement, que l'on retrouve dans chacune des activités.

Curieux de découvrir les témoignages ? Préparez vos popcorns, les vidéos seront bientôt disponibles sur notre page Facebook énéoSport !

Dans le cadre de la promotion du bienfait de la pratique d'une activité physique chez les aînés, des vidéos de témoignages de nos membres ont été réalisées au sein de différentes activités sportives énéoSport. Aquagym, Zumba Gold, yoga, gymnastique et tennis de table sont ainsi passés sous le feu des projecteurs.

L'occasion de découvrir non seulement les activités sportives que nous proposons mais surtout d'aller à la rencontre des différents profils que nous pouvons retrouver parmi nos participants : de la personne

# NUMÉRIQUE

## LE DÉCODEUR



### **Vous avez un problème ? Nous allons vous aider...**

Deux semaines de suite, j'ai entendu un mari et une épouse me raconter une histoire similaire : « Mon épouse a eu un message sur son ordinateur qui l'informait qu'il y avait un problème. Il fallait téléphoner pour être dépanné. C'était grave et urgent, si on ne réagissait pas immédiatement l'ordinateur allait se bloquer et ne pourrait plus fonctionner ».

Les seniors sont très prudents lorsqu'ils utilisent leur ordinateur sur internet. Pourtant, l'épouse a téléphoné. La personne au bout du fil a été très serviable, très compétente.

Une des premières choses demandées est l'accès à l'ordinateur, via TeamViewer ou AnyDesk : « C'est pour vous aider, vous rendre service ». Dès que le pirate a l'accès, c'est comme s'il l'avait en face de lui. La personne a le contrôle, vous voyez ce qu'elle fait, elle cherche soi-disant à vous aider. Elle vous demande une série de renseignements, vous lui donnez volontiers. Elle développe avec vous une relation de confiance en entretenant votre panique.

**Dès que l'on a un accès physique à un ordinateur, on peut aller y chercher et y installer ce que l'on veut.**

Après coup, on se rend compte que le malfaiteur a réuni plusieurs techniques de manipulations : *c'est grave, il faut réagir vite, vous êtes demandeur, il est votre sauveur, il est là pour vous aider, il vous demandera une juste rétribution pour son sauvetage. En maintenant votre stress tout au long de l'entretien.*

Avec votre consentement, il va installer un programme pour régler vos problèmes, vous proposera une licence à vie pour un antivirus ou logiciel destiné à vous préserver de tout problème à venir. Ça ne vous fait pas penser à ces produits miracles qui vous donnent longue vie et pleine santé ?

C'est la partie visible de l'iceberg. En ayant accès à l'ordinateur il peut y installer (vous ne le verrez pas) un RAT (Remote Administration Tool), un Keylogger (enregistreur de frappe).

Le RAT vient d'ailleurs de permettre la prise de contrôle de votre ordinateur pour laquelle vous avez dit « oui ». « ON » peut très bien avoir installé un RAT avec un nom ordinaire, bien caché sur votre disque dur, qui en permettra l'accès. Cela permettra l'installation à distance de n'importe quel programme. L'enregistreur de frappe va enregistrer tout ce que vous tapez (mots de passe, code secret de carte bancaire). Voyez-vous l'usage que l'on peut en faire ? En se connectant à internet votre ordinateur obtient de votre fournisseur une adresse IP unique à votre nom, localisable géographiquement et qui l'identifie sur le réseau. Imaginez que « ON » l'utilise pour effectuer une cyberattaque. Chez qui la police

viendra-t-elle sonner ?

**La partie la plus vulnérable d'un système informatique, c'est l'humain. Que faire si vous avez été victime de ce genre de faits ?**

Déconnecter l'ordinateur d'internet. S'il est utilisé pour des opérations bancaires, faire bloquer les cartes de banques. Si on a payé l'attaquant avec une carte de crédit, l'opération peut être annulée. Déposer plainte, faire examiner l'ordinateur à la recherche de programmes malveillants.

Quand l'ordinateur est redevenu safe, changer le mot de passe de la boîte mails principale, vérifier que le courrier n'est pas renvoyé vers une autre adresse, que tout fonctionne normalement avec le nouveau mot de passe. Changer les mots de passe de vos comptes internet. Si depuis l'attaque vous avez utilisé votre carte d'identité, la faire bloquer et demander un nouveau PIN à l'administration communale.

Microsoft reçoit des informations de votre ordi chaque jour sans le suivre en temps réel. Jamais il ne vous demandera de vous connecter sur un site (lien dans un mail), un message, un sms, ou vous téléphonera. Ne laissez jamais prendre la main sur votre ordi, sauf par une personne de confiance. Les escrocs ont tous les tours !

Jean-Henri Colleye, animateur Enéo Apple et Linux à Embourg et Grivegnée

*Jean-Henri attire notre attention sur les arnaques informatiques. Nous préparons une animation sur le sujet ! Contactez-nous : 04 221 74 46 liege@eneo.be*

# LES ASSISTANTS NUMÉRIQUES

« LA SOURIS QUI VOUS SOURIT »



Vous n'êtes pas connecté, vous n'avez pas de matériel informatique mais vous devez effectuer des démarches ou des recherches via internet...

L'assistant numérique « La souris qui vous sourit » est là pour le faire avec vous. Ce projet en partenariat énéo et la MC démarre à Waremme cet été, où 3 volontaires vous accueilleront et seront à l'écoute de vos besoins.

Cette aide administrative est accessible à tous, peu importe l'âge et il ne faut ni être membre d'énéo, ni membre de la MC. Pour aider tous ceux et celles qui en ont besoin pour leurs démarches administratives par internet :

- me connecter à ma banque, ma mutuelle, mypension,
- bénéficier des courriers gratuits de mes fournisseurs,
- envoyer ma déclaration d'impôt,
- transmettre ma consommation d'eau,

- réserver des événements culturels,
- commander des documents communaux gratuitement,
- prendre rendez-vous chez un spécialiste, un médecin...
- et bien d'autres choses encore !

Exclusivement sur rendez-vous au 0499 89 11 00. « La souris qui vous sourit » vous accueillera à Waremme, rue Joseph Wauters 21 (1<sup>er</sup> étage)

Dans les prochains mois, nous espérons, que ce projet verra le jour dans d'autres secteurs de la province de Liège, c'est en bonne route à Visé et Liège. A suivre donc...

## Le Label Cyber énéo



Le GT Cyber travaille depuis un an à référencer les commerçants qui peuvent vous fournir du matériel numérique adapté à vos besoins.

Si vous cherchez un ordinateur de base afin de faire uniquement de la navigation sur internet, utiliser un traitement de texte et un logiciel de feuilles de calculs... Et paramétré pour une utilisation simple et à moindre coût, avec un service après-vente, allez frapper à leur porte.

Vous y trouverez une écoute attentive et des conseils avisés, ils sont labellisés Enéo Cyber !

- Ans - GPWEB** 04 277 92 96
- Aywaille - Casterinfo** 04 384 40 60
- Fléron - AV Informatique** 0498 41 40 73
- Hannut - Osiris Informatique** 019 51 95 30
- Herstal Oxfam-Solidarités** 04 240 08 01
- Liège - HF informatique** 04 224 33 54
- Liège - Testit** 04 277 05 00
- Liège - Iréparation** 0488 43 43 73
- Remouchamps - Pomme et fenêtre** 0499 27 32 47
- Seraing - JPPCOMPUTER** 04 338 30 25
- Visé - Visélogic FCI** 04 379 73 78

# ÇA SE PASSE CHEZ NOUS...



## Devenez écoutant volontaire

Envie de rejoindre une équipe motivée, de consacrer une partie de votre temps à une activité solidaire, de vous former en compagnie de professionnels ? Télé-Accueil est à la recherche d'écouter volontaires ! Depuis plus de 50 ans, Télé-Accueil Liège offre un service d'aide gratuit par téléphone pour toute personne qui souhaite parler à quelqu'un. La ligne 107, accessible 24h/24 et 7j/7, propose des appels gratuits et anonymes.

**Rejoignez une équipe conviviale :** être écoutant volontaire, c'est rejoindre une équipe d'une trentaine de bénévoles motivés qui se relaient jour et nuit au téléphone. Leur mission : une écoute bienveillante axée sur une compréhension du vécu des personnes en souffrance psychique. L'engagement représente une vingtaine d'heures par mois.

**Formez-vous à l'écoute :** avant tout engagement, les candidats participent à une formation qui leur permettra de se questionner sur leur manière de porter attention au vécu de l'autre. Elle représente un lieu de réflexion soutenu par des apports théoriques et des mises en pratique. L'occasion de découvrir plus en profondeur le projet d'écoute de Télé-Accueil.

**Infos et accueil des candidatures :**  
secrétariat : 04 342 77 78 -  
tele.accueil.liege@gmail.com  
www.tele-accueil.be/liege/

## Jardiner avec des personnes fragilisées

Aider les personnes qui ont eu des accidents de vie, en perte de mobilité ou très âgées à garder un contact positif et nourrissant avec la nature est un très beau cadeau. Les bienfaits sont multiples pour le bénéficiaire fragile, son accompagnant bénévole, son soignant professionnel, ses proches et pour la nature.

Vous aimeriez les accompagner au potager, y cultiver diverses fleurs, plantes ou légumes, de la bienveillance, de la bonne humeur, du *prendre soin de soi* ? Cela ne s'improvise pas ! Venez découvrir ce qu'est le jardin thérapeutique et l'hortithérapie, quels objectifs y avoir, comment aider chacun à se connecter à la nature, quelles postures adopter pour amplifier les bénéfices pour tous, quelles activités mettre en place tout au long de l'année, comment adapter les activités et outils aux besoins des bénéficiaires. Une formation organisée par énéo et altéo pour apprendre à accompagner au jardin les personnes ayant des troubles de la vue ou de l'ouïe, des difficultés motrices ou porteuses d'un syndrome démentiel.

**Quand ?** le vendredi 23 septembre 2022 de 9h30 à 16h

**Prix :** 30€ - Chacun amène son pique-nique

**Où :** Potager de la Clairière de Fayenbois - Avenue d'Aix-La-Chapelle 60 à 4020 Liège

**Inscriptions :** liege@eneo.be - 0478 95 29 87 - Nombre de places limité

**Formatrice :** Anne-Françoise Pirson  
www.lejardinquiprendsoin.be

## Protection Judiciaire

Le Groupe de Travail Protection Judiciaire d'Altéo & Énéo continue à s'investir dans l'information et la formation des administrateurs bénévoles, des personnes de confiance et des familles, dans le but d'améliorer les conditions dans lesquelles les Protections Judiciaires se déroulent.

Le groupe a identifié une liste d'éléments qui nécessiteraient d'être étudiés par le législateur ; les différences de mode de fonctionnement d'un canton à un autre en matière de plateforme numérique de communication avec les justices de paix ou le nombre de désignations d'administrateurs professionnels par rapport aux administrateurs familiaux, qui devraient être la priorité.

La députée fédérale Vanessa Matz (Les Engagés) a questionné le Ministre Vincent Van Quickenborne, suite au reportage *Investigation* de la RTBF. Nous l'avons invitée à rencontrer notre groupe afin d'échanger nos points de vue. Une rencontre très riche ; nos élus peuvent être sensibles aux réalités de terrains et disponibles pour les améliorer. A l'issue des échanges, le GT s'engage à rédiger une note récapitulative sur les points d'attention à communiquer au Ministre. Madame Matz propose de coordonner une rencontre avec le Cabinet de la Justice qui est actuellement occupé à rédiger un projet de loi... sujet à suivre donc.

# NOS SÉJOURS LIÉGEOIS

MARIAKERKE... RENDEZ-VOUS AVEC LA CONVIVIALITÉ



Nos volontaires Guy, Bernadette, Philippe et Viviane vous accompagneront dans une ambiance familiale détendue, amicale et conviviale. Vous logerez du 23/09 au 03/10 à l'hôtel Vayamundo situé sur la digue face à la mer. Cadre familial, bonne table et confort !

**Les + de ce séjour :** un encadrement qui vous assure un séjour sécurisant, un programme adapté à votre rythme. Présence d'une infirmière pendant le séjour.

**Au programme :** gym douce, aquagym, danse en ligne, sudoku. Visites, excursions. Soirées ritournelles, d'amitié, de chants, dansantes, quizz.

**Les logements disponibles :** single, chambre, appartement 1 ou 2 chambres. Les chambres sont équipées de TV, salle de bain, petit balcon. Les appartements comportent une salle de séjour avec téléphone, TV, cuisine, frigo, salle de bain. Lits faits à l'arrivée. Essuies et

sèche-cheveux dans les logements. Essuies et draps changés en cours de séjour.

**Prix de base 799 € (chambre double) - Prix MC 749 € - Prix MC + BIM 699 €**

**Suppléments : single + 189€ - Appartement 2 chambres (2 personnes) + 189 € - Appartement 2 chambres (3 personnes) + 63 €.**

**Compris :** trajets A/R en car (départ région liégeoise). Possibilité de chargement sur le trajet si minimum 5 participants par lieu ou transport par vos propres moyens. Hébergement pension complète (repas soir du 1<sup>er</sup> jour au repas midi du dernier jour. Les repas sont servis en buffet (midi et soir, 2 menus), boissons comprises (eau, vin, bière...). Animations, activités, assurances annulation, RC, accidents corporels, accompagnement Enéo Vacances.

**Non compris :** boissons autres que celles servies lors des repas, dépenses personnelles.

## Villers-le-Lac

Dans le massif du Jura, au cœur du Pays Horloger du Haut Doubs, venez découvrir cette région aux sites architecturaux et historiques de grand intérêt.

Le Village Vacances Évasion Tonique vous accueille dans un superbe écrin de nature proche des bassins du Doubs, au cœur des montagnes du Jura. Son restaurant panoramique avec vue sur la Vallée de Morteau vous offrira une cuisine locale de qualité.

Piscine couverte et chauffée et sauna accessible sur réservation. Chambres équipées de sanitaires privatifs (douche, lavabo et WC), TV, Wifi.

**Prix MC :** 770 € (chambre double) - Prix NMC : 820 € - Supplément chambre single : 104 €

Il reste quelques places pour les vacanciers qui souhaitent découvrir le patrimoine culturel de la région. Le programme complet des visites culturelles vous sera envoyé sur simple demande (version papier ou mail).

Un séjour (8 jours/7 nuits - du 10 au 17 septembre 2022) accompagné par Rose Marie Fouarge, Claudine et Francis Vieilvoye

Pour tout renseignement complémentaire : service vacances - 04 221 74 90 - vacances.liege@mc.be

# L'ACTU



l'action de destruction, la volonté d'éradication d'une nation et la menace de déclencher le feu atomique est une première dans l'histoire. Troisième cavalier de l'apocalypse, le bouleversement climatique toujours plus présent et n'entraînant de la part de nos Etats que réactions timorées et pusillanimes. Enfin, le danger immédiat d'une pénurie importante de matières premières mais surtout d'aliments de base qui menace des continents entiers, et en premier lieu l'Afrique, de pénurie alimentaire et d'une explosion du nombre de victimes de la faim.

La plupart d'entre nous, nés après la seconde guerre mondiale, n'ont jamais imaginé pareille conjonction de malheurs aussi graves pesant ensemble, sur l'humanité.

De tout cela, nous sommes conscients, mais cela ne doit pas entamer notre optimisme.

Nous sortons plus ou moins difficilement d'une période de Covid. Nous avons mesuré les ravages de la pandémie, l'engourdissement de nos activités, la désorganisation de nos équipes et la souffrance des personnes. Cependant, ces derniers mois, nous voyons, partout fleurir de nouvelles initiatives, relancer les groupes et leurs activités. Le plaisir de se retrouver, de partager à nouveau, de faire vivre le mouvement l'emporte sur nos doutes. La Covid ne nous a pas tué mais nous a rendu plus forts, plus déterminés, plus ambitieux.

Profitons de la fin de l'entracte et en route pour le deuxième acte !

*Jean-Jacque Viseur*

## LE MOT DU PRÉSIDENT

Nous sommes à l'entracte de notre Congrès 2022. Notre première journée nous a permis d'adopter et de nous approprier notre manifeste. Les participants, devenus les ambassadeurs du manifeste, vont, dans chaque région porter celui-ci, aider à ce que chacun de nos membres s'approprie bien nos valeurs et nos ambitions. Se profile ainsi le deuxième acte du Congrès. Dans chacune des régions, le mouvement vivra et déclinera, pour la décennie à venir, nos valeurs et nos ambitions.

J'ai toujours aimé les entractes, l'espace de temps qui sépare les actes d'une représentation théâtrale. Le premier acte a planté le décor, posé les bases de l'action, déterminé le rôle de chacun, noué l'intrigue. L'imagination est tendue vers la suite et le dénouement de la pièce. Mais le temps est comme suspendu. L'esprit est rempli des

informations et des émotions reçues. Chacun attend avec impatience la suite. Pour nous, ce n'est pas un temps de repos mais d'approfondissement. La deuxième journée du Congrès marquera notre renaissance, notre foi en l'avenir et la concrétisation de notre volonté de répondre aux grandes questions de notre temps et de contribuer à la construction d'une société intergénérationnelle plus juste et solidaire.

L'entracte est aussi l'occasion de réfléchir sur la situation du monde. Ces derniers mois, nous avons vu surgir les quatre cavaliers de l'apocalypse. D'abord cette pandémie qui touche l'ensemble de l'univers, ensuite le retour de la guerre de haute intensité en Europe, guerre menée par une puissance disposant d'armes nucléaires puissantes dont



## Énéo a rencontré la Ministre des Pensions !

Dans le cadre de rencontres successives auprès de la société civile qu'organise la ministre des pensions Karine Lalieux, une réunion spécifique avec des membres d'Énéo a eu lieu durant l'après-midi du 25 mai à Creagora !

La réunion était composée de deux parties, d'une part la présentation par la ministre sur la réforme entamée et en chantier, et les échanges entre la ministre et les participants d'autre part.

### PARTIE 1 : présentation de la ministre sur la réforme : effectuée & en chantier & mise au frigo

L'après-midi a débuté avec la présentation de la ministre sur le contexte socioéconomique lié aux pensions - inégalités de montants pension entre hommes et femmes, explosion des bénéficiaires d'incapacité/invalidité, etc.-, suivie de la réforme des pensions déjà effectuée, celle en chantier et celle qui n'aboutira sans doute pas faute d'accord politique. Parmi les mesures réalisées<sup>1</sup>, la ministre a cité les éléments suivants :

- Revalorisation pluriannuelle de la pension minimum garantie
- Relèvement du plafond salarial pour le calcul de la pension

<sup>1</sup> Veuillez consulter notre Balise n°77 « Quel avenir pour nos pensions ? Regards croisés sur la réforme » pour les explications plus détaillées de ces mesures : <https://www.eneo.be/publications/balises-n77-quel-avenir-pour-nos-pensions-regards-croises-sur-la-reforme/?referrer=publications> Vous pouvez également téléphoner au secrétariat - 02/246 46 73 - pour disposer d'un exemplaire.

- Suppression du coefficient de corrélation (servait à diminuer le montant pension) pour les indépendants
- Prolongation de la période d'allocation de transition<sup>2</sup>
- Et une brève explication sur la réforme liée à la Grapa (assouplissement de contrôle de résidence et majoration pluriannuelle)<sup>3</sup>

Les points qui sont en phase d'aboutissement ont ensuite été présentés<sup>4</sup> :

- Bonus pension (ajout de montant de pension de 2 € brut par jour de travail effectif après avoir rempli les conditions pour la pension anticipée)
- Pension à temps partiel (permettant une réduction du temps de travail tout en étant pensionné(e). Mesure également accessible après avoir rempli les conditions pour la pension anticipée)

La ministre a également évoqué les points qui n'ont pas encore abouti à un accord entre les partenaires de la coalition, tels que la **condition supplémentaire (de carrière) pour la pension minimum garantie et l'assouplissement de condition pour la pension anticipée**. Enfin, les questions relatives

<sup>2</sup> Article sur l'allocation de transition (journal En marche) : <https://www.enmarche.be/services/pensions/des-changements-apportees-a-l-allocation-de-transition.htm>

<sup>3</sup> Veuillez consulter notre position en la matière : <https://www.eneo.be/actualites/reforme-de-la-grapa/?referrer=actualites>

<sup>4</sup> Explications détaillées également dans Balise n°77

au **financement** sont confiées aux partenaires sociaux et les **dimensions familiales** - pension de survie, statut mariage, etc. - sont dans la phase de réflexions et d'études.

Durant la présentation, la ministre s'est exprimée sur sa difficulté de négocier avec certains partis - libéraux et socio-démocrates - et justifie le non-aboutissement de certaines mesures qu'elle estime socialement justes (égalité homme/femme).

### PARTIE 2 : échange avec la salle

Vous étiez nombreuses-x à réagir après la présentation de la ministre, et voici des questions et des remarques émanant de la salle :

#### « Que fait-on de la divergence entre le statut de salarié et celui d'indépendant ? Notamment la différence de système de cotisation sociale des indépendants ? »

*Réponse de la ministre :* le système est en effet inégalitaire car plus on gagne, moins on contribue à la sécurité sociale (on ne paie plus de cotisation à partir d'un certain montant de revenu). Néanmoins, la ministre n'est pas compétente en la matière...

#### « Pourquoi rendre plus stricte la condition pour pouvoir bénéficier de la pension minimum garantie ? »

*Réponse de la ministre :* elle n'était pas demandeuse de ce durcissement, et la condition supplémentaire est selon



elle fortement idéologique. Néanmoins, il fallait proposer un compromis.

**« Pourquoi généraliser le 2<sup>e</sup> pilier sachant qu'il est inégalitaire et inefficace ? »**

*Réponse de la ministre* : elle semble être d'accord avec la remarque soulevée, elle dit aussi faire face à des membres du gouvernement qui sont favorables à l'élargissement de pensions complémentaires. Elle essaie de les rendre plus transparentes et moins inégalitaires.

**« Il est indispensable de faire évoluer les pensions en fonction de coût de la vie. Qu'en est-il des enveloppes bien-être ? »**

*Réponse de la ministre* : les enveloppes bien-être au profit des pensions sont assurées pour les années 2022-2023.

**« L'accès aux informations pensions est une des priorités du gouvernement. Serait-il possible d'instaurer un envoi automatique et généralisé de l'estimation détaillée et ouvrir un accès professionnel (aux experts du service pension, par exemple) ? »**

*Réponse de la ministre* : l'envoi postal sera trop cher et l'accès professionnel est difficile à réaliser à cause de règlement européen sur la protection de la vie privée (RGDP).

« Le cumul entre la pension de survie et une prestation sociale pose problème pour beaucoup de femmes générant entre autres une situation de piège

fiscal, à l'emploi et de difficultés administratives. Une réforme serait la bienvenue<sup>5</sup> ».

Une série de remarques plus générales fut également exprimée par des participants : « Il faut **insister sur l'importance d'intergénérationnel, en tenant compte de difficultés que subissent un nombre considérable de jeunes en termes d'accès au travail et à la qualité d'emploi** »

**« Comment se passent les carrières prestées à l'étranger (dans les pays voisins) ? »**

**« Il est important de considérer les pensions comme un revenu - directement réinjecté dans l'économie réelle - non comme un « coût » à maîtriser »**

**Caractère mi-teinte de la réforme : pas (encore) de changement fondamental de mentalité politique**

La ministre a insisté sur le fait que son cabinet s'efforce de réinstaurer les pensions légales au profit du bien-être collectif, entre autres au profit des femmes. L'actuelle réforme des pensions a certes changé sa « nature » par rapport aux réformes précédentes, orientées essentiellement par une volonté d'austérité budgétaire.

<sup>5</sup> La question a été posée et développée par des experts du service pension de la Mutualité chrétienne qui étaient présents dans la salle. Énéo prépare des remarques et des suggestions supplémentaires pour poursuivre la discussion avec la ministre et son cabinet.

Ceci dit, même si nous observons une orientation plus positive de la réforme, beaucoup de mesures sont en réalité associées à des conditions strictes, et nous apportons une évaluation nuancée quant à l'intensité de progrès annoncé en termes de montants et de conditions de départ à la retraite.

D'après la ministre, la réforme est « budgétairement neutre », à savoir, la réforme « ne coûtera pas plus cher ». Cela démontre que les pensions légales - la protection sociale de manière générale - restent considérées comme des « **coûts à maîtriser** ». Il s'agit en fait d'un impératif politique au niveau européen avec une série de **règlements budgétaires**.

Dans ce contexte politique rude à l'égard des citoyens, il est indispensable pour un mouvement social comme le nôtre de continuer à interpeller le monde politique **pour briser certains tabous politiques**, dont la révision de règlements budgétaires qui sont politiquement mis en place, et il ne s'agit donc nullement d'une contrainte « naturelle ».

*Kusuto Naïto*

# LA RUCHE À PROJETS



Le 25 avril, nous nous retrouvons à Namur (Creagora) pour une journée de partage de projets. Ce fut l'occasion de découvrir et d'échanger autour de projets inspirants que de nombreux volontaires portent avec enthousiasme dans toutes les régions. Dans cet Énéo Info, nous vous proposons de (re)découvrir tout ce qui a été présenté lors de cette journée en mots et en images.

## Les Tamalous, théâtre-action à Namur



Ce projet est né d'une envie de susciter le débat, et d'interpeler le grand public sur des sujets de société : le climat, la fracture numérique, la justice sociale, l'aide à un proche...

Les volontaires sont impliqués dans le projet de A à Z : ils rédigent des saynètes, les mettent en scène puis les jouent pour un public varié. Pour réaliser cette prouesse, ils sont accompagnés par la Compagnie Buissonnière.

Ce qu'ils en retiennent ? Le partage des émotions et du vécu de chacun et chacune lors de l'écriture collective et la richesse des débats et des échanges d'idées entre les comédiens et avec le public.

## Vivre et vieillir en santé à Verviers



Un groupe de volontaires travaille sur la question de l'autonomie : comment effectuer

le plus longtemps possible ce que l'on désire au quotidien ?

Ils explorent les outils existants, et notamment le programme européen de santé intégrée (ICOPE). Leur objectif pour la suite ? Présenter ce programme au plus grand nombre, et sensibiliser les professionnels de la santé.

Ce qui motive les volontaires ? S'impliquer dans un projet qui concerne tous les aînés et de devenir acteur de sa propre santé.

## Un potager partagé à Philippeville

Les volontaires d'Énéo, d'Alteo et d'Ocarina de Philippeville ont uni leurs talents pour créer un potager. La particularité de celui-ci ? Il favorise la rencontre entre des personnes différentes (handicapées ou malades, jeunes, aînées). Le projet vise également à sensibiliser à la consommation responsable, à promouvoir les aspects santé liés à la production, à combattre l'isolement en offrant un lieu propice à la convivialité et à la détente.

Ensemble, les volontaires ont réalisé le projet de A à Z, depuis l'aménagement du terrain et la fabrication des bacs potagers, jusqu'à la plantation, la récolte et le compostage. Ils organisent également des ateliers cuisine et des animations avec les participants aux plaines d'été d'Ocarina.

Ce qu'ils apprécient particulièrement dans ce projet ? L'entraide et le partage de conseils entre les participants, ainsi que la richesse de la collaboration avec Ocarina durant l'été.

## Projet d'assistants numériques à Liège



C'est la surnumération des services administratifs qui a alerté les volontaires de la régionale de Liège sur l'importance de lutter contre la fracture numérique des aînés. Pour répondre à cet enjeu, ils ont mis en place différentes choses : des cours, un système d'aide ponctuelle à distance (helpdesk), une recherche de matériel numérique adapté à bas prix, un label Cyber Énéo, ainsi qu'un service d'assistants numériques. Qu'est-ce que des assistants numériques ? Une équipe de volontaires qui aide les personnes non numérisées à compléter des formulaires en ligne et à faire toutes les opérations administratives via les plateformes web. Pour concrétiser leur projet, les volontaires se sont mis en relation avec différents acteurs tels que les coordinateurs CMS de la Mutualité chrétienne, des assistants sociaux et des CPAS.

Ils envisagent de commencer par proposer ce service dans 4 ou 6 lieux, puis de développer le projet à une plus large échelle.

Les volontaires souhaitent démontrer qu'il est possible de construire ce projet en solidarité locale, mais ils souhaitent également alerter sur la nécessité de développer des assistants numériques professionnels de façon complémentaire.

## Festival de cinéma Audace au Hainaut Picardie



C'est en 2019 qu'est né le festival « Audace ». Un festival de projection de films en lien avec les thématiques travaillées dans le mouvement Énéo. Motivés par le succès de l'édition de 2019 sur l'autodétermination, les volontaires organiseront en 2022 le festival autour de la thématique du climat.

Pour mener à bien ce projet, les volontaires se sont entourés de différents partenaires comme la Mutualité chrétienne, Altéo, Ocarina, des cinémas ou la presse. Ils ont l'ambition de devenir un festival incontournable dans la région, et nous le leur souhaitons !

## Le Petit Prince à Bruxelles



Durant la crise sanitaire, les volontaires de la régionale de Bruxelles ont constaté un besoin de partager, d'échanger des réflexions conscientisées sur des enjeux sociétaux qui évoquent l'idéologie et la dépendance. Pour ce faire, une volontaire a développé un outil d'animation sur base du livre Le Petit Prince d'Antoine de Saint Exupéry. À partir de cet ouvrage, les participantes à l'animation sont invitées à réfléchir et à échanger sur des thématiques telles que le vivre ensemble, l'ouverture aux

autres, l'intégration, la liberté, la solidarité...

Les volontaires impliqués dans le projet constatent que l'animation fonctionne avec des personnes de tous âges et peut donc être un outil d'animation intergénérationnel.

## Tourisme Énéo Culture à Dinant

Suite au Covid, il y a eu un énorme besoin de trouver une activité pour que les gens puissent se rencontrer et sortir de chez eux. Est alors née l'idée de faire découvrir aux gens leur région sur un plan touristique et culturel. Si 3 volontaires sont directement impliqués dans l'organisation, toutes les idées des participants sont les bienvenues ! Après quelques sorties, le projet a remporté une grande adhésion et les volontaires impliqués dans le projet ont décidé de poursuivre l'aventure. Ce ne sont pas moins de 14 sorties qui ont été organisées et 10 qui le seront dans les semaines à venir.

Le petit plus du projet : une attention particulière est portée aux personnes à mobilité réduite, aux personnes qui n'ont pas accès aux technologies numériques, ainsi qu'aux modes de transports alternatifs. Ce projet rencontre un succès croissant, y compris auprès de membres d'autres régionales.

Des envies pour la suite ? Les volontaires souhaitent intégrer des activités citoyennes dans leur programme, et travailler en partenariat avec d'autres groupements locaux.

## Énéo Partenariats, Hainaut Picardie

Depuis 2011, les volontaires du Hainaut Picardie sont impliqués dans un partenariat avec le Sud Kivu pour mener des actions concrètes dans cette région de République Démocratique du Congo en matière d'accès aux soins de santé, de transmission de savoirs, d'alimentation et d'agriculture, de restauration de maisons. Ils ont notamment organisé des conférences, des repas solidaires, ainsi qu'un voyage solidaire. Ce projet est réalisé en partenariat avec la Mutualité chrétienne et diverses organisations présentes sur place.

Un temps fort de ce projet ? La fête des partenariats organisée tous les 2 ans est un moment de convivialité et de rencontres associatives.

## Bien vieillir, une chance à saisir en Hainaut Oriental



Les volontaires de la région du Hainaut Oriental sont interpellés par les défis du vieillissement de la population. Après avoir assisté à une conférence sur le sujet, ils ont souhaité travailler sur cette thématique. Depuis 2019, ils ont amené la réflexion dans des locales, ils ont organisé une conférence et ont mis en évidence les grands enjeux du vieillissement.

Leur constat ? Le sujet est vaste, car il regroupe énormément de dimensions (lieux de vie, soins de santé, âgisme...).

## Assistance numérique au Brabant wallon



Avec la numérisation croissante de la société, des volontaires du Brabant wallon ont souhaité mettre en place un service d'assistants numériques. Concrètement, des volontaires d'Énéo accompagnent les personnes qui ont besoin d'une aide numérique au niveau de leur locale. Ils organisent également une assistance numérique dans les locaux de la Mutualité chrétienne de Nivelles. Parallèlement, ils se sont donnés pour mission des sensibiliser et d'informer les aînés sur cette thématique, en organisant des conférences, ou en dressant une liste des Espaces publics numériques de la Province.

Leur ambition pour l'avenir ? Créer une aide centralisée au niveau de la région du Brabant wallon.

## Des projets vivants de volontariat en Maison de Repos et de Soins à Liège



Ce projet est né de la volonté de créer une passerelle entre la vie extérieure et la maison de repos. L'utopie du projet est qu'en amenant des volontaires et des participants extérieurs dans des petits moments de rencontre dans une MRS de Liège autour de choses simples, on reproduit

ce qu'était la vie des résidents avant d'entrer en MR.

C'est ainsi que des équipes de volontaires ont mis en place plusieurs projets : une cafétéria conviviale tous les dimanches, un potager partagé, une bibliothèque animée. Une collaboration avec le service Hestia de la Croix Rouge a également permis d'aller à la rencontre de personnes isolées.

Ce que ce projet nous montre, c'est que même si les maisons de repos sont parfois réfractaires à la collaboration avec des volontaires, lorsque celle-ci est bien construite, il est possible de développer un volontariat de qualité en maison de repos.

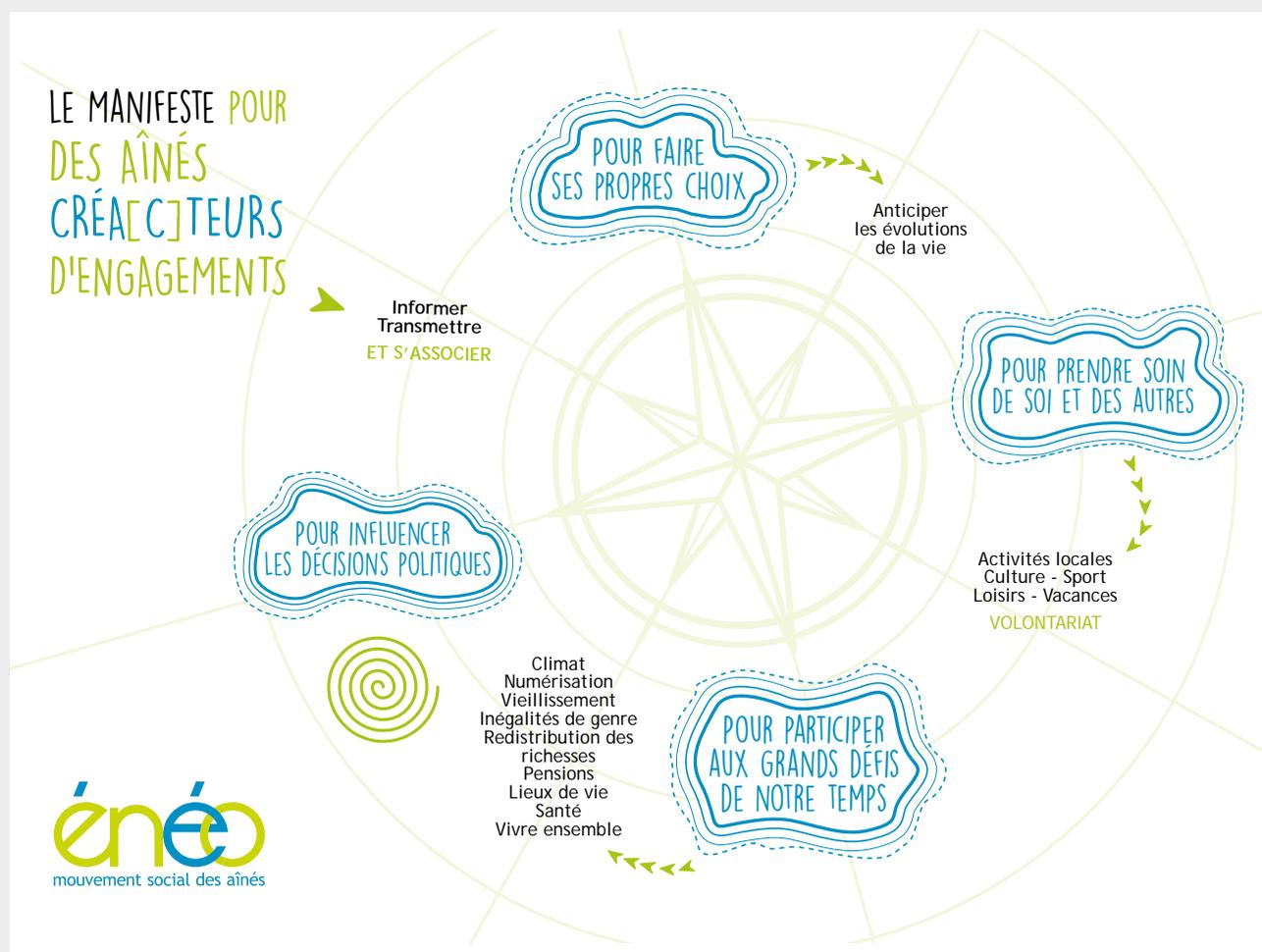
## Une Charte des 10 É(co) NÉO gestes à Bruxelles

Sensibilisé à la problématique du climat, un groupe de volontaires bruxellois a décidé de réaliser un outil qui inciterait les groupements locaux et clubs sportifs à réfléchir à l'impact écologique dans leurs activités, et à passer à l'action.

Le résultat ? Il s'agit d'un document reprenant 10 écogestes. Chaque groupement local et club sportif peut aller y puiser des idées afin de rendre ses activités plus écologiques. Parallèlement, différentes actions de sensibilisation sont organisées, notamment des animations-débat, la participation au Climate Show, etc.

Bien d'autres projets sont portés par des volontaires, partout en Wallonie et à Bruxelles. Nous leur souhaitons beaucoup de plaisir et les remercions pour toute l'énergie qu'ils déploient au quotidien pour faire vivre les valeurs d'Énéo.

# VOILÀ NOTRE MANIFESTE



Autour de cette rose des vents, le manifeste dit ce que nous sommes, quels sont nos choix et nos objectifs et de quelle manière nous voulons agir. Il a été élaboré grâce au concours de nombreux bénévoles qui lui ont donné vie à travers plusieurs réunions. Cette référence à la boussole est importante. Avec cette déclaration, nous sommes prêts à prendre la mer, à affronter l'avenir avec détermination et confiance et à conduire Énéo à bon port. Face à une mer parfois incertaine et imprévisible, son utilisation permet de garder le cap et de tracer sa route. Elle symbolise à travers le temps, la nécessité d'oser affronter l'inconnu, avec l'espérance d'arriver à bon port par la connaissance, l'expérience et la confiance.

A chacun maintenant de se l'approprier et d'en devenir l'ambassadeur, le porter dans chacune de nos régionales et le faire vivre à travers les rencontres, les réflexions et les actions. Demain nous appartient.

### **Seul, on va plus vite. Ensemble, on va plus loin !**

Une des missions de notre mouvement consiste à construire une action politique pour défendre les intérêts des Aînés et construire une société plus juste et plus solidaire.

### **Mais comment cela se réalise-t-il concrètement au sein de notre mouvement ?**

#### **1. La parole et l'action politique sont indissociables de l'éducation permanente**

Chez Énéo, la parole politique se construit à partir des préoccupations des membres. Mais une préoccupation, un besoin, une difficulté ne sont pas des revendications politiques. Pour cela, il est primordial que les membres puissent comprendre, s'interroger, critiquer,... les situations vécues afin d'en dégager les enjeux et construire des propositions alternatives. Ce travail d'éducation permanente se réalise grâce à toute une série d'animations, de projets portés par les permanents et les volontaires.

La parole et l'action politique, indissociables de l'éducation

permanente se construisent donc à l'intérieur du mouvement et à l'extérieur.

## 2. Travailler ensemble à l'intérieur du mouvement

Pour mieux comprendre le trajet d'une revendication politique, nous vous proposons de prendre un exemple : celui de la numérisation. Celle-ci a connu une croissance importante dans notre société ces dernières années. Aucun service ne semble être épargné par cette modification : services bancaires, services publics, achats en ligne... Or, tout le monde n'a pas accès à ces nouvelles technologies (pour toute une série de raisons) qui, malheureusement, provoquent l'exclusion. Les aînés ne sont pas épargnés.

Au sein de Énéo, des commissions sociales régionales, grâce à leurs volontaires en contact permanent avec les comités locaux et les membres des groupements locaux, ont donc fait émerger des besoins, des points d'attention, des expériences vécues relatives à la numérisation.

Elles ont pu construire une parole qu'elles ont relayé ensuite au Bureau politique. Cette instance, composée de représentants volontaires de chaque région, a pour but de coordonner, de rassembler et construire une position de mouvement sur base des préoccupations du terrain. Le Bureau Politique a, par exemple, piloté une campagne de sensibilisation à destination des politiques et des citoyens. La campagne « Banques, dehors les seniors » s'est vécue à tous les niveaux de notre mouvement et a suscité des actions concrètes au service de nos membres : des cartes blanches, des contacts avec les cabinets compétents, des animations sur la thématique, etc.

## 3. Travailler avec d'autres

La parole politique est d'autant plus forte qu'elle s'ancre dans les réalités de terrain, mais aussi

qu'elle s'associe aux réalités d'autres acteurs. Énéo s'insère dans un tissu associatif et mutualiste qui lui permet de collaborer avec des acteurs et de renforcer son action politique. Ainsi, Énéo s'est intégré dans la coalition GRAPA, regroupant une quarantaine d'associations, pour défendre les droits des aînés dans la réforme de la GRAPA initiée par la Ministre Lalieux. Aussi, Énéo, avec Okra, a coordonné une coalition autour de la digitalisation bancaire regroupant une vingtaine d'associations afin de transmettre les difficultés rencontrées sur le terrain et faire pression sur les décideurs politiques pour que les choses changent.

## 4. La parole en actions

Concrètement, les actions politiques d'Énéo sont de plusieurs ordres :

- Des études et animations : par exemple, une étude « le panier du pensionné » basée sur une enquête participative auprès des membres, un atelier sur la réforme des pensions, des animations sur la thématique du climat, etc.
- Des actions publiques et symboliques : une action (« Lâchez-nous la GRAPA ») à la tour des pensions, des cartes blanches ou communiqués de presse, interviews radio ou TV, une participation à la marche pour le climat, une audition à une commission parlementaire, etc..
- Un travail de l'ombre : des contacts avec des cabinets ministériels, des mandats à l'AVIQ ou Iriscare, à la CAS, à Senoah, la MC, etc...

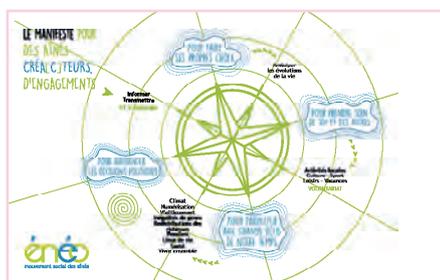
L'importance de construire avec ses membres et avec d'autres acteurs la parole politique et de la matérialiser en action ne se fait évidemment pas sans difficulté. Ainsi, le processus peut parfois paraître lent et donc décalé avec les nouvelles actualités. Dans le même temps, construire avec le terrain est essentiel et

constitue une richesse. Aussi, il n'est pas toujours facile de toucher et d'avancer avec tout le monde. Enfin, travailler dans une optique de représenter l'ensemble des préoccupations de terrain et collaborer avec d'autres acteurs nécessite de trouver un consensus sans que cela affaiblisse les positions du mouvement.

Notre manifeste, c'est donc un peu notre carte d'identité. Il présente ce que nous défendons en priorité, nos convictions, ce pour quoi nous œuvrons chaque jour. Notre particularité est que nous sommes un mouvement pour et PAR les aînés.

Ainsi, notre action vise principalement à rendre les aînés acteurs et créateurs d'engagements. Cela signifie aussi que les volontaires construisent et portent le mouvement dans toutes ses dimensions en s'engageant dans différentes formes de volontariat. Mais pas que... Notre congrès du 14 octobre prochain illustrera dans chacune des régionales comment nous déclinons ces beaux principes au quotidien et dans nos actions de terrain.

# CONGRÈS ÉNÉO 2022



## Une journée d'exception Le vendredi 14 octobre 2022

Tous les 10 ans, le mouvement vous offre un moment d'exception, de rencontres et d'échanges : le congrès.

Cette cuvée 2022 vous promet de très bons moments. Animations, balades champêtres, dégustation de vins, exposition des ateliers de peinture, des ateliers & conférences sur des thèmes de société, un moment de réflexion avec notre ancien Président Francis Delpérée, des stands sur tous nos projets et de toutes nos associations partenaires.

Une journée entière de convivialité et de découvertes pour tous. Et cerise sur le gâteau, une activité surprise vous permettra peut-être de gagner un nuage...

Des navettes sont prévues, nous venons vous chercher dans votre secteur et nous vous ramenons. Un repas sandwich à midi est prévu mais vous pouvez aussi venir avec votre pique-nique.

### Programme

- 9h Balades pédestres 4 ou 8 km
- 10h20-11h Accueil des participants par les improvisateurs de « Cortex Formation »
- 11h Conférence : *Quel est le sens d'un mouvement d'âinés aujourd'hui, dans notre société et dans le contexte actuel* par Francis Delpérée

- 11h30 Accueil du public par Cortex dans la grande salle & apéro
- 11h45 Mot de Jacques Lomrée - **Président énéo Liège**
- 12h Présentation des stands avec Cortex
- 12h40 Repas sandwichs sur réservation uniquement
- 14h Balades pédestres 4km ou 7km
- 13h45 - 15h45 Ateliers thématiques sur inscription (nombre de places limité)
  - *Atelier Pouvoir envisager aujourd'hui son chez-soi de demain* par l'ASBL Sénoah
  - *Atelier 10 applications smartphone pratiques pour les seniors* par Jean Pierre Dupriez
  - *Habiter autrement, découverte de Viva-gora, le havre des possibles : un projet d'habitat groupé inter-générationnel, solidaire, durable et inclusif* par Dominique Evrard de la MC
- 14h Concert chorale énéo Hannut
- 14h30 Démonstration zumba énéoSport Waremme - Hannut
- 15h Concert chorale énéo Hannut

### En accès libre et permanent toute la journée

- Exposition de peinture énéo Hannut, Waremme & Ans
- Œnologie : découverte et dégustation de vins
- Bar sympathique et convivial
- Stands découvertes énéo et partenaires

### Nos partenaires

MOC aînés Liège, Hestia, Sénoah, Saparlipapote, Télé-Accueil Liège, Respect Seniors, Fondation Arthrose, Récré du cœur, Grands-Parents pour le Climat, la MC,

Plateforme provinciale des soins palliatifs, Ocarina, Ligue Alzheimer, Fondation Arthrose.

### Nos projets énéo

- Décider pour soi et jusqu'au bout : testament de vie & protection judiciaire,
- Prendre soin de soi et des autres : maintien de vie sociale, groupes locaux, activités culturelles, vacances, cercles sportifs, volontariat,
- Les grands défis de notre temps : le numérique, les lieux de vie...
- S'associer et secouer le politique : CCCA, cellule Europe, bureau politique.

**Le congrès énéo 2022, c'est the place to be, alors ne tardez pas, inscrivez-vous seul ou en groupe. La journée est ouverte à toutes et tous, membres et non-membres. N'hésitez pas à inviter vos connaissances !**

**Adresse des festivités :** Le CAF - La Neuville, 1 à 4500 TIHANGE - Vaste parking / **Adresse GPS :** Avenue de l'Industrie, 62 4500 TIHANGE

### Plusieurs possibilités pour vous inscrire :

- Contactez votre comité de secteur
- Envoyez votre inscription et vos choix à [liege@eneo.be](mailto:liege@eneo.be)
- Téléphonnez en matinée au 04/221 74 46
- Renvoyez le bulletin d'inscription en annexe par voie postale à énéo, Place du XX août, 38 - 4000 Liège (ou par mail [liege@eneo.be](mailto:liege@eneo.be))



## SECTEUR BASSE-MEUSE

### Les Dorcas de la Basse-Meuse

Déjà 5 mois que les Dorcas se réunissent bimestriellement pour pratiquer la marche nordique. Près de 80 km ont été parcourus dans les environs de Visé. Ces sorties se déroulent en toute convivialité, sans compétition. De nouveaux membres ont effectué leur initiation à la marche nordique et vont nous rejoindre prochainement ; le groupe s'étoffe tout doucement. Si vous désirez nous rejoindre, RDV au parking du Centre sportif de Devant-le-Pont (rue de Tongres - face au cimetière) les 2e et 4e mercredis (sauf mai et septembre) pour participer à une sortie découverte avec prêt de bâtons. Si ensuite vous êtes intéressé(e)s, nous vous donnerons les infos pour effectuer l'initiation obligatoire à la marche nordique.

**Contact : Marc Bariaux - 0486 08 83 47 - marc.bariaux@gmail.com**

### Assemblée Générale

Le 25 mars à midi s'est déroulée notre Assemblée Générale au Vallon du Feneur.

Paulette Schynts a souhaité la bienvenue à 110 membres et a rappelé les fondamentaux de notre mouvement et l'importance que ces rencontres ont sur le mental et sur le physique. En effet, se préparer et sortir de chez soi pour retrouver d'autres adhérents pour une heure, une demi-journée ou plus, c'est déjà positif. La moindre activité donne du tonus, du baume au cœur, un bienfait sur la santé. Et c'est bien là, le but d'éneo.

Josine Laboureur a informé les invités des activités proposées dans le secteur avec l'invitation à participer à celles-ci. Puis Jacques Dupuis, notre trésorier, nous a remis les comptes 2019, 2020 et 2021. Eh oui, nous n'avions pas eu d'AG depuis.

Nous nous sommes quittés vers 17 h, bien repus et heureux de ces retrouvailles.

**Retrouvez nos activités sur notre site : <https://www.eneo-basse-meuse.com>**

### Tous des pros de l'info !

Ce jeudi 28 avril nous avons accueilli Michaël Salme et Anne Debatty pour nous mettre en garde et analyser les informations qui défilent sur le net et qui ne sont qu'Hoax (anglicisme informatique : canular, rumeur). L'Hoax est souvent initialisé de manière intentionnelle, malveillante et se développe sous forme de chaîne propagée via la messagerie électronique, blogs, réseaux sociaux. Il y a toujours lieu de consulter une source attestant de la véracité de l'info via un site <https> sécurisé.

Les 23 participants ont pu intervenir à tout moment et échanger sur leur vécu. Nos animateurs ont été très clairs et complémentaires dans leurs explications, l'assistance a montré beaucoup d'intérêt concernant ces anglicismes qui nous envahissent sans en connaître la traduction. Les arnaques ont également fait partie des questions. Anne et Michaël nous ont annoncé programmer une séance sur pied sur ce vaste sujet (nous ne disposons que de 2h30).

Le rendez-vous est pris à l'automne pour ce second sujet qui, nous n'en doutons pas, va encore nous ouvrir les yeux sur ce que nous lisons sur le net. Entretemps restons vigilants et ne tombons surtout pas dans le panneau.

### Pratique du YOGA

Viens avec nous entretenir ton corps à ton rythme et en le respectant. Approfondir ta respiration, harmoniser ton corps et ton mental. Profiter d'une ambiance zen et agréable. Découvrir bien d'autres choses...

**Vendredi à 10h30 et 14h45**  
**Cercle Paroissial - av. F. Roosevelt,**  
**39 à Devant-le-Pont, Visé.**  
**Prix séance : 3 euros / 1<sup>re</sup> séance gratuite**  
**Infos et inscriptions : André**  
**Aventin - 0499 14 58 38 -**  
**[andreaventinlg@gmail.com](mailto:andreaventinlg@gmail.com)**

## SECTEUR ANS

### Formation à la photo

#### Formation photos numériques

Nous organisons en collaboration avec le Centre Culturel d'Ans une formation constituée de 2 modules indépendants :

*Module 1 : La théorie - Comment prendre une bonne photo avec un appareil numérique*

*Module 2 : Comment retoucher une photo avec un logiciel.*

**Nouveautés cette année :** Le Mod. 1 inclus une séance pratique avec l'appareil de votre choix / le mod. 2 élargira l'usage de Snapseed (retouches photos sur smartphones). Comment constituer un album de photos animées avec de la musique.

Tous les logiciels sont gratuits et disponibles sur internet - Les modules sont accompagnés, pour la matière de base de fascicules A4 - Les autres documents peuvent être téléchargés sur notre site.

#### Prix par module : 28€

Module 1 prévu en 5 semaines - jeudis du 22 septembre au 20 octobre - de 14h à 16h - Centre culturel d'Ans

Module 2 prévu en 5 semaines - 10 novembre au 8 décembre - Le lieu sera précisé lors de l'inscription.

**Infos :** Jacques Matheï - entre 16h et 19h - 0475 265958 - jacques.mathei@skynet.be

**Inscriptions :** www.eneo-ans.be au plus tard le 16 septembre / paiement faisant foi.

### Ans Sainte-Marie

#### Programme Voyage-Evasion

26/09 - Madagascar / Michel Kurts  
31/10 - Le Rhin de Mayence à Bonn / Daniel Ferette

28/11 - Jordanie Royaume du Levant / Dany Marique

19/12 - Tour du Monde 80 merveilles / Ernotte

**Centre culturel d'Alleur / Les lundis à 14h30**

### Amicale de Rocourt/Juprelle

Nous recherchons d'urgence un(e) secrétaire.

## SECTEUR OURTHE-AMBLÈVE

### Sprimont

**Et si nos djâzîs walon?** *Les occasions de pratiquer « Nosse vî lingadje » Faisons-nous plaisir et réunissons-nous pour partager les anecdotes qui nous ont marqués, que nous avons glanées au cours des années...* Autour d'un bon goûter, le 1<sup>er</sup> jeudi de chaque mois, de 14h à 16h.

**Salle Le Parc - rue du Centre, 16 à Sprimont**

**Participation : 4€**

**Infos : Jacqueline Maurissen - 0476 36 74 05**

### Des nouvelles de l'amicale d'Hamoir !

Chers membres Énéo, C'est au milieu de ce si beau mois de mai que je rédige cet article.

Cette fois, nous avons vraiment l'impression d'avoir laissé l'affreux virus derrière nous. On n'en parle pratiquement plus, notre vie a enfin repris son cours normal. Le soleil qui nous régale en ce merveilleux printemps n'y est probablement pas étranger.

Les activités énéo vont bon train. Des activités que nous avons lancées en septembre et pour lesquelles nous étions un peu inquiets, ont trouvé leur public et remportent

un franc succès. Le choix d'avoir engagé des professionnels s'est révélé être le bon. Je parle ici de la gym douce pour les aînés et le yoga. Notre secrétaire Marie-Rose Seret a participé à la formation Viactive et nous avons également lancé cette activité le 20 avril, elle trouve progressivement son public aussi.

Notre activité œnologie a connu quelques turbulences mais, grâce à un bel enthousiasme, nous sommes en train de retrouver la stabilité.

Le comité a décidé d'aller à la rencontre de ses membres lors d'un barbecue prévu le 30 juin. Il est grand temps de revivre des moments festifs tous ensemble !

Après la pause des vacances, le lundi 5 septembre, nous avons programmé un petit cocktail dînatoire pour présenter nos activités aux membres énéo Hamoir ainsi qu'à toute personne ayant le désir de le devenir.

Chacun de nos animateurs sera invité à venir présenter son activité en détails. Nous avons d'ailleurs un nouveau projet dont j'espère pouvoir vous reparler ultérieurement. Nous organiserons notre AG suivie d'un repas et d'un après-midi dansant le 26 février 2023, le secteur recevra une invitation en temps voulu. C'est le cœur rempli de la joie d'une tâche bien accomplie que je vous souhaite un merveilleux été, plein de soleil, de fleurs, de bourdonnements d'abeilles et de petites pluies nourricières, et que je vous dis « *Au revoir* »...

On se retrouve à la rentrée !

Amicalement,

Véronique Franki-Lays,  
Présidente Énéo Hamoir

## SECTEUR HUY

### Croisière sur la Moselle

Embarquez à bord du *Navitours* pour une croisière repas vers Trèves. Transfert en car vers Bernkastel-Kues, temps libre pour découvrir cette petite ville à l'aspect Alsacien. Retour en car via votre région. Située sur les deux rives de la Moselle en contrebas des ruines du château-fort de Landshut, la vieille ville de Bernkastel-Kues, ses ruelles historiques, ses magnifiques maisons médiévales à colombages vous envoûteront !

#### Le 15 septembre 2022 - Prix

(comprend transports en car, repas sur le bateau (boissons non comprises) pourboire du chauffeur) : **95€ - Inscription valide si paiement avant le 20/08**

#### Infos et inscriptions :

- **Verlaine** : Paula Chasseur - 0479 45 80 01 - chasseur.robert@skynet.be - Cpte : BE92 1031 1576 5023
- **Amay** : Eric Lambrechts - 0496 23 54 55 - eric.lambrechts@outlook.fr - Cpte : BE43 7785 9329 5101
- **Stockay** : René Lemaire - 0472 58 27 38 - lemarena@voo.be - Cpte : BE98 0682 5046 0693
- **Autres** : Guy Laruelle - 0495 56 92 96 - g.laruelle@hotmail.be - Cpte : BE22 7925 7157 2047

### Journée de détente sur la colline de la vallée mosane

Longtemps un jardin de famille, il s'est transformé progressivement en jardin de vivaces sur 11 ares avec mare, murs en pierres sèches, mini-potager... entouré de multiples rosiers, géraniums, fruitiers palissés... À voir absolument !

**Au programme** : balade pédestre (4 ou 6 km - chemins en partie boisés - prévoir chaussures solides). Vue sur la vallée. Parcours le long du halage. Repas de midi. Découverte du *Jardin du partage* à Amay. Infos et inscriptions (jusqu'au 30 août) : Clair CHASSEUR - 0476 56 18 80 - clairchasseur@gmail.com - Compte BE22 7925 7157 2047 / énéo Secteur de Huy - Communication : journée à Amay Rendez-vous à Amay, rue Albert I - 9h30 (pkg à côté de la poste)

## SECTEUR FLÉRON

### Enéo-Embourg

Les cotisations continuent à rentrer, c'est bon signe comme la présence croissante à nos conférences (derniers lundis du mois). Nous étions 50 à l'excursion de mai en pays gaumais.

26/09 à 14h30 : Thierry Jaquemin avec le thème *Et maintenant, qu'est-ce qu'on fait ?*. Le vendredi 09/09, grande fête et son traditionnel cochon de lait truffé. Projet d'atelier mensuel à l'attention des philatélistes : Jean Grisard (grisardjean2@gmail.com) n'a pas encore recueilli de candidatures. Suggestion d'atelier photo sous la houlette de Jean-Claude Graas (graasjeanclaude@gmail.com). **Informations via notre site : eneo-embourg.be**

### SECTEUR SERAING COMMENT NAVIGUER SANS LAISSER DE SILLAGE ?

Il ne s'agit pas ici de navigation mais de surf sur Internet ! Lorsque vous naviguez sur Internet, les sites visités recueillent toute une série d'informations sur vous :

l'adresse de votre PC, la zone où vous habitez, vos noms et prénoms, votre âge, si vous avez un chien, vos identifiants et mots de passe, vos références bancaires, vos amis sur les réseaux sociaux, vos intérêts de recherches...

Parfois ces sites vous demandent l'autorisation de collecter ces informations (RGPD Européen), parfois pas et, très souvent de façon peu transparente. Ces sites stockent ces renseignements pour les revendre à qui est intéressé : entreprises commerciales, partis politiques, chercheurs, entreprises publiques... Lorsque ce n'est pas consenti, on parle de *hameçonnage (phishing)*. Alors les *Cookies* dans ce cas ne sont pas ces délicieux petits gâteaux mais des petits fichiers contenant toutes nos données collectées au fil de notre navigation et qui sont en possession des propriétaires des sites visités.

Le 11 mai Céline COLAS (kodo Wallonie) nous a expliqué exemples à l'appui et force illustrations, comment prendre conscience, éviter, du moins limiter la collecte de nos cookies sur les divers navigateurs. En visite au Cyber club d'éneo Seraing, j'ai pu apprécier la qualité de l'animation, la concentration de l'assistance et la chaleur de l'accueil de Louise et Patricia (avec des cookies, des vrais ceux-là !). Merci à tous, vraiment, au plaisir de se revoir !

**Pierre Renard - Cyber Club de Waremme, GT Numérique Régionale de Liège**

## SECTEUR WAREMME



### La problématique climatique

Au sein du secteur de Waremmme, nous avons décidé d'essayer d'établir un dialogue, un questionnement à propos des problèmes climatiques. Par le biais de notre revue mensuelle, pendant presque un an, nous poserons des questions « dérangementes » qui, nous l'espérons, susciteront des réactions auprès de nos membres. Voici le texte de présentation qui a été publié dans la revue de mai.

### Enéo Waremmme et la problématique climatique

La problématique climatique est le thème annuel qui a été retenu par Enéo Fédéral et Régional pour 2022. Enéo désire interpeller les aînés sur le rôle qu'ils pourraient jouer dans cette remise en question de nos comportements tout en y intégrant les valeurs du mouvement dont la justice sociale.

3 sous-thèmes concrets ont été retenus :

- La mobilité, la consommation et le numérique
- Comment modestement, au sein du secteur de Waremmme, pouvons-nous participer à ce débat, apporter notre pierre à l'édifice, susciter une remise en question concrète de nos pratiques ?

- Le problème est complexe et peut être analysé sous des angles très différents.

De nombreux groupements et associations abordent déjà cette problématique, d'une part avec une capacité technique de loin supérieure à la nôtre et, d'autre part une capacité de mobilisation de toutes les couches de la société. Alors, quelle pourrait être l'approche spécifique que nous pourrions mettre en place dans notre secteur ?

Au sein du bureau et du comité de secteur nous avons estimé que l'on pourrait simplement susciter un questionnement sur les possibilités, les difficultés, les incohérences, les injustices sociales, les limites économiques que vous rencontrez en voulant aborder cette problématique. Notre ambition n'est pas nécessairement d'y apporter des réponses mais au moins de faire prendre conscience de la complexité des problèmes et d'éviter ainsi les réponses caricaturales et simplistes.

Pour ce faire, vous verrez donc apparaître pendant presque un an dans notre revue mensuelle « Echos et Nouvelles » **une petite phrase un peu « provocatrice »** qui pourrait amener des réflexions, réactions face à la complexité de cette problématique climatique. Nous espérons que vous nous ferez part de vos avis et questionnements. La rubrique *La parole est à vous* a été créée pour cela (1). Avec votre consentement explicite nous pourrions les publier dans la revue suivante et ainsi alimenter un débat.

En fin de parcours nous pourrions faire une synthèse et organiser

une séance d'information et de conclusions à partir des idées émises.

Au plaisir de lire vos réactions, merci de votre collaboration

- (1) *Vous pouvez faire parvenir vos réactions via eneo-waremmme@gmail.com ou par courrier : Enéo Waremmme via la boîte aux lettres de la MC Waremmme*

### Groupe Généalogie

Vous êtes-vous déjà demandé qui étaient vos ancêtres ?

Le groupe Généalogie du secteur a comme objectif de vous aider à rechercher les liens qui existent entre les membres d'une même famille, à voyager avec eux dans le temps, à travers le monde et l'histoire.

Ces recherches vous permettront de rassembler les documents utiles, des illustrations et même retrouver des membres inconnus ou oubliés de votre famille.

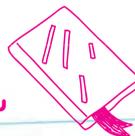
Les membres du groupe les plus expérimentés pourront vous guider à faire les premiers pas dans cette démarche.

Si vous êtes intéressé ou même simplement curieux par rapport à ces démarches, vous pouvez nous rejoindre aux réunions le 3<sup>e</sup> lundi du mois de 10h00 à 12h00, dans la salle polyvalente des locaux de la Mutualité Chrétienne (rue Joseph Wauters, 21 - 1<sup>er</sup> étage).

**Infos et inscriptions : Nathalie Massin - 019 32 81 03**



## Côté agenda



### AGENDA SERAING

Activités	Quand	Où	Infos
Informatique	Mardi 9h-11h30	Rue Colard Trouillet 23	Patricia Bastin - 0472 62 10 14
Marche 5 à 6 km	Dernier dimanche	Le lieu de rendez-vous vous sera communiqué	Jean Paul Vervoort - 0498 64 37 91 Patricia Bastin - 0472 62 10 14
Marche 10 à 20 km	Le vendredi	Le lieu de rendez-vous vous sera communiqué	Stanis Mokosinski - 0497 35 60 52 Vincent Georges - 0478 81 20 24
Gym douce	Vendredi 15h45-16h45	Ecole Sinibaldo Basile Grâce-Hollogne	Pascaline Murruni - 04 233 02 59
Gym douce avec chaise	Vendredi 14h30-15h30	Les Berlurons Grâce-Hollogne	Paulette Collard - 04 233 40 25
Zumba Gold	Lundi 14h-15h	Salle J. Small	Patricia Bastin - 0472 62 10 14
Danse en solo	Vendredi 9h30-10h30	Piscine Neupré	
Danse en solo	Mercredi 11h-12h	Complexe Louis Melin	Louisiane Balaratti 0473 87 07 20
Gym douce	Jeudi 15h45-16h45	Flémalle	Cécile Gustin 04 235 70 93

### AGENDA ESNEUX

Activités	Quand	Où	Infos
Zumba Gold	Vendredi 10h-11h	Hall omnisport rue du Chera Tilff	J. Dumont - 0479 18 63 23
Marche 10km	3 <sup>e</sup> lundi 14h	Selon RDV	P. Parmentier - 0498 30 16 41
Marche 5km	4 <sup>e</sup> lundi 14h	Selon RDV	Idem
Marche vespérale	Juin - Septembre 2 <sup>e</sup> & 4 <sup>e</sup> mercredi - 18h30	Région Tilff - Esneux	V. Bragard - 0495 65 64 80
Tricot papote	Mardi 13h30 - 16h30	Rue des Mésanges 20 Tilff	A. Prégardien - 0495 52 43 02
Excursion	1x l'année	/	Idem
BBQ annuel	Début juillet	Pavillon du Rond Chêne Esneux	F. Collignon - 0494 37 75 91 L. Loxhet - 0479 35 85 90
Repas annuel	7 octobre - 12h30	Château Brunsode Tilff	Idem
Peinture & aquarelle	Lundi 9h - 12h Mardi 14h - 17h	Rue de la Charrette Tilff	L. Matagne - 0477 31 73 98
Balade vélo	4 <sup>e</sup> jeudi Mars à octobre	Selon RDV	L. Martin - 0477 57 42 96 F. Vieilvoye - 0474 45 23 10
Pétanque	1 <sup>er</sup> et 3 <sup>e</sup> mardi 14h Mars à octobre	À côté Hall omnisports Esneux	F. Collignon - 0494 37 75 91
Bowling	2 <sup>e</sup> et 4 <sup>e</sup> mardi 14h	Avenue Laboulle Tilff	Idem



## AGENDA WAREMME

Activités	Quand	Où	Infos
Anglais Confirmés Débutants	Vendredi 13h30-15h 15h15-16h45	Rue Joseph Wauters 21	F. Germeys 0476 49 25 45
Aquarelle	Mardi - 13h30-16h30 Mercredi - 9h30-12h	Rue Ed. de Sélys Longchamps 84	E. Sumkay 0472 65 72 26
Bowling Bowling 69	Jeudi - 15h (sauf jours fériés)	Chaussée Romaine	I. Coumont 0493 46 02 09 G. Leonard 0476 56 84 04
Cartes	Jeudi - 19h30-22h	Tennis club Waremmes rue des Prés, 45	E. Hautecler 0477 31 22 49 J.M. Mullender 0474 60 86 42
Cinéma	3 <sup>e</sup> jeudi - 14h	Cinéma Les Variétés	S. Fumal 0473 58 19.24
Conférence	2 <sup>e</sup> mardi - 14h	Centre culturel Passage 9 Place Ecole Moyenne	Idem
Cyber-club Dépannage sur RDV :	Cours : 9h30-12h 3 <sup>e</sup> lundi 13h30 -16h30 Vendredi - 9h30-11h30	Rue Joseph Wauters 21	G. Debras 0472 66 65 65 A. Hebert 0478 68 43 03 P. Renard 0498 42 36 07
Cyclos	Mardi et jeudi 13h30	Parking terrain foot Rue des Prés	Y. Nocquet 0496 86 88 02 E. Hautecler 0477 31 22 49
Excursions	21 Avril Mai	Dinant Musée Hergé & Fondation Folon	F. Germeys 0476 49 25 45
Généalogie	3 <sup>e</sup> lundi - 10h-12h	Rue Joseph Wauters 21	N. Massin 019 32 81 03
Gym	Mercredi 14h45 -15h15	Institut Saint Laurent Rue E. Malvoz	M.C. Hennen 0474 86 73 19
Gym-Soft	Mardi - 9h15-10h15 Sauf vacances scolaires	Salle 'Les Erables' Av. des Erables	M.J. Bada 0473 80 23 58
Lundi de rencontre	1 <sup>er</sup> lundi - 14h-16h	Rue Joseph Wauters 21	J.M. Hansoulle 0470 21 39 84 M. Ternier 0498 62 21 77 C. Mignolet 0470 11 29 59
Marche	Mardi - 13h	Parking terrain foot Rue des Prés	J. Marin 0478 40 47 12
Œnologie	3 <sup>e</sup> mardi - 19h45-22h	Rue Joseph Wauters 21	V. Fraipont 0476 64 47 52 E. Hautecler 0477 31 22 49
Tables conversation Anglais Néerlandais	1 <sup>e</sup> et 3 <sup>e</sup> mercredi 19h30-21h30 2 <sup>e</sup> et 4 <sup>e</sup> mercredi 18h30-20h30	Rue Joseph Wauters 21	V. Fraipont 0476 64 47 52 M. Ternier 0498 62 21 77
Vélo promenade	Lundi - 13h	Parking foot Rue des Prés	J.M. Mullender 0474 60 86 42 J. Nomerange 019 32 50 56
Zumba Gold	Merc. 15h30-16h30 Vend. 16h15-17h15	Institut Saint Laurent Rue E. Malvoz	I. Coumont 0493 46 02 09 C. de Jager 0476 88 64 51

## Liège

Place du XX Août, 38  
4000 Liège  
Tél. : 04/221 74 46

### En partenariat avec



### Avec le soutien de



Énéo près de chez vous sur  
[www.eneo.be/regionales](http://www.eneo.be/regionales)

Suivez nous sur  

Votre journal est attentif à  
l'environnement en utilisant  
du papier recyclable



Merci de ne pas jeter  
ce trimestriel sur  
la voie publique.  
Prêtez-le plutôt à votre voisin(e),  
ami(e), cousin(e)!

# DES RESSOURCES POUR LES AIDANTS PROCHES

## QUAND L'AIDE PREND LE PAS SUR LA PROXIMITÉ



Énéo Liège & Altéo Liège ont inauguré un projet qui réunit toutes les informations dont les aidants proches ont besoin, sans qu'ils doivent les chercher.

### Quand l'aide prend le pas sur la proximité

Nous pouvons tous devenir aidant proche un jour. Un parent vieillissant, désorienté, Alzheimer. Un enfant accidenté, handicapé. Un conjoint atteint d'une maladie chronique. Un proche dépendant. Un voisin/ami qui dépérit dans sa solitude.

**Nous en prenons soin parce que «c'est normal», «c'est notre devoir», «c'est humain».**

Quand cela dure des mois, des années, qu'il faut en plus se battre contre la paperasserie, sacrifier les loisirs ou une partie du boulot. Lorsque l'argent ne suit plus, que les nuits sont incomplètes, que la souffrance physique et morale prend trop de place. Nous nous épuisons, nous nous mettons en danger. C'est le burnout.

### Répondre au besoin d'information

Nous sommes un petit groupe d'aidants proches né en 2016 d'une initiative citoyenne de la Mutualité chrétienne de Liège. Nous avons rapidement posé le constat qu'une des premières difficultés majeures rencontrées par les aidants est de savoir à qui s'adresser pour obtenir les informations et les aides nécessaires.

Notre premier objectif : **faciliter l'accès à l'information** en proposant un outil en ligne. Nous l'avons voulu pratique d'usage et riche de contenu. Nous vous en souhaitons une agréable découverte et surtout une fructueuse exploitation.

<https://ressources-aidants-proches.webador.be/>

N'hésitez pas à nous communiquer vos avis, vos commentaires, vos suggestions : [liege@eneo.be](mailto:liege@eneo.be)