



Madame, Monsieur, chers amis,

L'année est bien entamée, et voici arrivé le temps de vous présenter l'avancée des projets des asbl Aidants Proches & Aidants Proches Bruxelles. Comme nous vous l'avons annoncé dans notre précédente newsletter, nous souhaitons davantage vous donner la parole cette année.

Pour ce faire, nous vous proposons de répondre à un petit questionnaire (qui vous prendra 5 minutes) pour nous faire un retour sur les contacts que vous avez eu avec nos associations et ce que vous en avez pensé. Notre objectif est d'être à votre écoute et d'améliorer le soutien que nous pouvons vous apporter. Nous vous remercions d'avance pour votre temps si précieux.

[Lien vers l'enquête sur le déroulement des contacts avec l'ASBL Aidants Proches Bruxelles](#)

Agenda à Bruxelles



Café bilingue à Uccle 02 juin :

La commune d'Uccle vous convie à son deuxième café aidants proches de l'année ce 02 juin 2022 à 17h30. Ce café est bilingue et sera animé par Samana et l'ASBL Aidants Proches Bruxelles. Il se déroulera à la bibliothèque Phare à Uccle.

Ce café est gratuit.

Infos et inscriptions au
02/474.02.55

Café Entr'Aidants 27 juin :

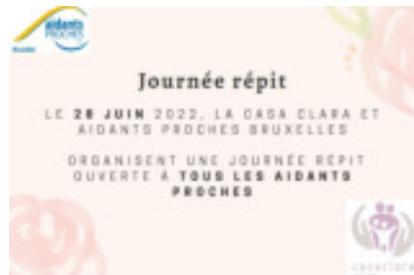
Le 27 juin de 17h30 à 19h30, l'ASBL Aidants Proches Bruxelles vous accueille pour son deuxième café Entr'Aidants. Ce moment est un moment de discussion, de partage entre aidants proches autour de ce que vous vivez au quotidien (les moments positifs, les difficultés, les besoins, les trucs & astuces).



Infos et inscriptions par téléphone au
02/474.02.55

Ou par mail

[Inscription](#)



Journée répit du 28 juin :

Le 28 juin 2022, la Casa Clara et Aidants Proches Bruxelles organisent une journée répit à Laeken. C'est l'occasion de prendre un temps pour soi à travers des temps de bien-être (massage, jacuzzi, sauna) et des échanges avec d'autres aidants proches.

Infos et inscriptions par téléphone au
02/474.02.55

Ou par mail

[Inscription](#)

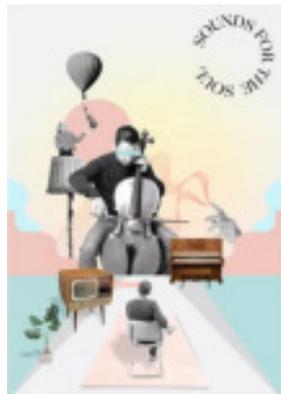


Rencontre entre professionnels :

En juin et en septembre, l'ASBL Aidants Proches Bruxelles propose des temps de rencontre (d'une heure maximum) aux professionnels de la santé, de l'aide et du soin. C'est l'occasion d'en connaître plus sur la thématique des aidants proches et sur les actions de l'ASBL Aidants Proches Bruxelles.

Infos et inscriptions en cliquant sur le bouton ci-dessous

[Inscription](#)



Sounds for the soul

Sounds for the soul est un projet qui propose des sessions de musique classique individuelles et personnelles à domicile. Ce projet a décidé d'offrir gratuitement 10 sessions à domicile pour les aidants proches.

Pour plus d'informations, contactez-nous au
02/474.02.55

Ou par mail

[Inscription](#)

Si vous souhaitez bénéficier d'une session, nous ferons le lien avec Sounds for the soul

En savoir plus

Formations

ASBL AIDANTS PROCHES (Wallonie & Bruxelles)

Connaître et reconnaître (la plus-value) des aidants proches, pour favoriser, en tant que professionnel, une réelle complémentarité



Tout au long de l'année, les ASBL Aidants Proches et Aidants Proches Bruxelles proposent aux professionnels de la santé, de l'aide et du soin des formations d'une journée sur la thématique des aidants proches. Les prochaines dates sont les suivantes :

Le 30 juin de 08h30 à 16h30 à Belgrade (Namur)

Le 18 octobre de 08h30 à 16h30 à Laeken (Bruxelles)

Le 02 décembre de 08h30 à 16h30 à Belgrade (Namur)

Attention, les places sont limitées, il est donc possible que vous soyez mis sur liste d'attente pour une prochaine formation (vous en serez informé si c'est le cas).

En savoir plus

Inscription

Les ASBL se déplacent aussi au sein d'institutions pour y former les équipes. N'hésitez pas à prendre contact avec nous au 081/14.03.37 (pour Namur) ou au 02/474.02.55 (pour Bruxelles).

Avantages fiscaux



Le saviez-vous ?

Le fait d'avoir une ou plusieurs personnes à charge vous permet de bénéficier d'un avantage fiscal.

C'est vrai pour les enfants, mais on le sait moins, ça l'est également pour la prise en charge de (grands-) parents, frères et sœurs âgés de 65 ans et plus.

Les conditions pour être fiscalement à charge sont notamment que la personne fasse partie du ménage au 1er janvier 2022. Une autre condition est liée aux ressources financières nettes de la personne à charge.

Pour chaque personne « à charge », vous bénéficiez d'une exonération d'impôt, c'est-à-dire que, si vous rentrez dans les conditions, le montant que vous devrez payer aux impôts sera moins élevé grâce à cette exonération (ou, si vous retouchez aux impôts, vous toucherez un peu plus).

La majoration de l'abattement fiscal pour la prise en charge de (grands-)parents, frères et sœurs **âgés de 65 ans et plus** est portée à 4.940€ (contre 3.290€ l'an passé) à partir des revenus 2021 (pour la déclaration fiscale de cette année). Mais les conditions sont plus strictes : le (grand-) parent, le frère/la sœur concerné doit être **en état de dépendance**

(autonomie réduite d'au moins 9 points).

Seule exception à cette nouvelle condition : cette personne était déjà considérée à charge pour 2020. L'ancien droit de 3.290€ (code 1043) reste valable jusqu'à l'année de revenus 2024 incluse.

Les **frais de garde des enfants** (jusqu'à son 14ème anniversaire) peuvent également être déclarés. **Pour un enfant gravement handicapé, la limite d'âge est de 21 ans.** A certaines conditions (notamment l'organisation qui assure les activités de garde), vous pouvez bénéficier d'une réduction d'impôt de 45% (voire jusqu'à 75% en fonction de vos revenus)

Vous voulez en savoir plus ?

[Lien vers le site SPF Finances](#)

Faire appel à nos permanences

Sur la Wallonie

[Info'Aidants](#)

Sur Bruxelles

[Permanence](#)

Projets annuels

21/06 : Journée des Aidants Proches !

Comme chaque année, les **ASBL Aidants Proches** et **Aidants Proches Bruxelles** vous mettent à l'honneur pendant cette journée du 21 juin.

À cette occasion, les ASBL organisent deux actions :

ASBL AIDANTS PROCHES (Bruxelles)

L'**ASBL Aidants Proches Bruxelles**, en collaboration avec les **ASBL Jeunes & Aidants Proches**, son Équipe Mobile **Prévention Soutien Aïdance** et la **Casa Clara** organise :



- **Une journée portes ouvertes** de la maison de l'aïdance (à Laeken) en fin de matinée
- **Des ateliers découverte / bien-être** (massage, cohérence cardiaque, la santé des aidants, découverte de nos émotions) en après-midi.

Les ateliers se font sur inscription.

Toutes les informations par téléphone

au **02/474.02.55**
ou

ASBL AIDANTS PROCHES (Wallonie)



L'**ASBL Aidants Proches** profitera de cette occasion pour envoyer un communiqué de presse afin de parler des aidants proches et de (re)-sensibiliser les médias et les politiques à l'importance du soutien aux aidants proches.

Contact

Du 3 au 9 /10 : la Semaine des Aidants Proches !

Pour la 9^{ème} année consécutive, les ASBL Aidants Proches et **Aidants Proches Bruxelles** organisent la **Semaine des Aidants Proches** !

Une semaine pendant laquelle des services, des associations, des institutions, proposent des activités pour les aidants proches partout en Wallonie et à Bruxelles.

À cette occasion, l'ASBL Aidants Proches Bruxelles proposera une **journée d'étude le 04 octobre sur le thème « Comment les pouvoirs locaux peuvent soutenir les aidants proches ? »** ... **Save The date** !

Informations à suivre.

Semaine des Aidants Proches
9^{ème} édition en Wallonie et à Bruxelles
Du 03 au 09 octobre 2022
SAVE THE DATE
Inscriptions ouvertes !
Inscriptions en ligne du 1^{er} avril au 30 juin. Infos : contact@semaineaidantsproches.be
www.semaineaidantsproches.be
#TousAidantsProches

Professionnels, communes, associations : Vous avez jusqu'au 30 juin pour inscrire une activité.

Aidants Proches : bloquez déjà votre agenda ! Le programme des activités sera en ligne début août, et mis à jour régulièrement. Rendez-vous sur notre site

En savoir plus

Nouvelles du réseau

Le 16 mai dernier, le Palais Royal a accueilli des jeunes & aidants proches autour d'un dîner.



Nous avons eu l'honneur d'être sollicités par le palais pour les aider à identifier de (jeunes) aidants pour un repas au Palais de Laeken. Une belle reconnaissance de leur investissement auprès d'un proche malade ou en situation de handicap !

Nous espérons qu'ils ont tous passé un bon moment.

: *Koninklijk Paleis / Palais Royal*

3ème Congrès autour du répit et de l'accompagnement des aidants proches à Lyon.



Les 8 & 9 mars dernier, les ASBL Aidants Proches et Aidants Proches Bruxelles ont eu l'immense chance de participer au 3ème Congrès autour du répit et de l'accompagnement des aidants proches à Lyon.

Le répit des aidants proches ... Ce vaste sujet. Car le répit, c'est très large : avoir du temps (tout simplement ... et encore), déguster un café, lire une nouvelle, discuter avec un ami ou un professionnel, aller chez le coiffeur, participer à une activité pour soi, etc.

: *Joséphine de Rohan-Chabot*

Mais prendre soin de soi, ce n'est pas si facile : ça prend le temps qu'on n'a pas toujours et puis, parfois, on culpabilise. En tant qu'aidant proche, on a souvent besoin de temps pour accepter de prendre un moment pour soi et prendre conscience à quel point c'est important pour continuer à prendre soin de son proche aidé.

Pendant ce temps d'acceptation et ce chemin, il existe ce qu'on appelle le « répit psychique » : c'est le fait de savoir que quelque part, il existe du répit et qu'un jour, peut-être, on pourra y faire appel. Et ça fait du bien.

Vous souhaitez en savoir plus sur le répit et découvrir les vidéos du congrès organisé à Lyon ? N'hésitez pas à suivre ce lien :

[En savoir plus](#)



Notre ASBL fonctionne entre autres, grâce à vos dons...

Soyez-en remerciés ! Pour nous permettre de poursuivre nos activités, de les renforcer, au service et à l'écoute des aidants, tout don sera accueilli avec gratitude sur le compte :

BE11 0357 7879 4348
Attestation fiscale pour tout don à partir de 40€

Parce qu'un jour, nous serons

#TousAidantsProches

ASBL Aidants Proches Bruxelles
Boulevard De Smet de Naeyer,
570
1020 Bruxelles



info@aidantsproches.brussels
<https://www.aidantsproches.brussels>

Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}
Vous avez reçu cet email car vous êtes inscrit sur Aidants Proches Bruxelles
ASBL.

L'ASBL Aidants Proches Bruxelles respecte la législation RGPD.

[Se désinscrire](#)



© 2022 Aidants Proches Bruxelles ASBL