



L'automne est bien entamé et nous offre de magnifiques couleurs automnales ! De quoi se motiver à sortir pour participer à nos activités et/ou celles de notre réseau.

Activités pour les aidants proches

FRATRI'la SAM ENPSA casaco aidants PROCHES Bruxelles

LES HIVERNALES de l'Aidance

BD DE SMET DE NAEYER 578 - 1020 LAEKEN
27 NOVEMBRE 2024 DE 9H À 17H
INFOS & INSCRIPTION : 02/474.02.55

ENTRÉE LIBRE & GRATUITE
Papote, jeux pour enfants, goûter
& découverte du réseau en
soutien aux aidants

PLUS D'INFOS



Inscription obligatoire pour :
Petit-déjeuner, massages,
lunch et visite de Saint-
Nicolas

C'est le grand événement du mois de novembre : les Hivernales de l'aidance ! Une journée entière dédiée aux aidants proches et jeunes aidants proches. Au programme : massages, jeux & Saint-Nicolas pour les enfants, goûter de Noël, atelier de discussion, découverte du réseau bruxellois ... Le tout dans une ambiance festive !

- Date : 27 novembre 2024 de 9h à 17h
- Lieu : Boulevard de Smet de Naeyer 578 1020 Laeken
- Inscription : 02/474.02.55

Plus d'informations



ACTIVITÉS ENTR'AIDANTS
SEPTEMBRE À DÉCEMBRE 2024

09 septembre - 18h à 20h
Ma rentrée en tant qu'aidant proche
Prévenir l'épuisement

10 octobre - 14h à 16h
Prendre soin de soi
Découvrez les fleurs de Bach

05 novembre - 9h - 15h30
Journée répit avec la Casa Clara

19 novembre - 18h à 20h
La post-aidance
Penser à l'après "aidant proche"

27 novembre
Portes ouvertes
Les hivernales de l'aidance

12 décembre - 14h à 16h
Mieux communiquer avec son proche

2€ / personne / activité (sauf les portes ouvertes)
20€ pour les journées répit

Infos et inscription (obligatoire) au 02/474.02.55

SI BESOIN DE RELAIS POUR VOTRE PROCHE,
APPELÉZ NOUS POUR Y RÉFLÉCHIR

Nos cafés Entr'Aidants se poursuivent. Le prochain thème sera la post-aidance, c'est une question qui revient régulièrement à notre ligne d'écoute : « mon proche est décédé et je me sens vide, je suis seul.e, je n'ai plus rien ».

Nous souhaitons donc aborder ce sujet à travers un groupe de parole pour y réfléchir ensemble : comment prévenir la solitude si un jour vous n'êtes plus aidant-proche de votre proche (décès, guérison, amélioration de la pathologie, etc.) ? Comment garder une place pour vous-même et prendre en compte vos besoins maintenant pour être bien après ? Ce thème permet aussi d'aborder des aspects "préparatoires" comme les changements de lieux de vie, la gestion du décès du proche, les déclarations anticipées, etc.

- Date : 19 novembre de 18h à 20h
- Lieu : Boulevard de Smet de Naeyer 578 à 1020 Laeken
- Prix : 2€ / personne / café

Inscription



GROUPES DE SOUTIEN **POUR AIDANTS PROCHES**



Vous aidez un proche malade, âgé, et/ou en situation de handicap au quotidien?
 Vous souhaitez en parler et être soutenu.e par rapport à votre vécu?
 Vous vous sentez seul.e., déprimé.e, anxieux.se face à cette situation ?

Venez partager votre vécu au groupe de soutien psychosocial pour aidants proches, poser vos questions et réfléchir ensemble aux pistes de solutions. Pour vous écouter, guider et conseiller, une psychologue et l'ASBL Aidants Proches Bruxelles vous proposent 4 thématiques de réflexion.

CYCLE DE 4 ATELIERS

- Samedi 14 septembre 10h30 à 12h30 / Prendre soin de soi
- Lundi 14 octobre de 14h00 à 16h00 / Mettre ses limites
- Samedi 9 novembre de 10h30 à 12h30 / Post-aidance
- Lundi 2 décembre de 14h00 à 16h00 / Mieux communiquer



Centre de jour - Résidence TAMARIS
 Avenue Léon Grosjean, 79
 1140 Evere

TARIF
 2,50 EUR
 PAR ATELIER

Minimum 4 - Maximum 10 participants
Réservation obligatoire

Les intervenants



Sophie Szynal
 Psychologue clinicienne

INFO ET RESERVATIONS

0487/33 74 52 (SMS uniquement) ou sophie.szynal@gmail.com

Notre collaboration avec le réseau psybru et Sophie Szynal se poursuit : notre prochain groupe de soutien psycho-social portera également sur la post-aidance.

- Date : 09 novembre de 10h à 12h.
- Lieu : Résidence Les Tamaris à Evere
- Prix : 2,5€ / personne / groupe.
- Inscription auprès de Sophie Szynal, par SMS, au 0487/33.74.52.

Actualités du réseau bruxellois



GROUPES DE PAROLE POUR PATIENTS ATTEINTS DE TUMEUR CÉRÉBRALE & LEURS PROCHES

Chirurgie, traitements et qualité de vie

16 OCTOBRE 2024
13h30-16h

Tumeur cérébrale & épilepsie

6 NOVEMBRE 2024
13h30-16h

Groupe pour les aidants proches

27 NOVEMBRE 2024
13h30-16h

Peur de la récïdive

11 DÉCEMBRE 2024
13h30-16h

L'image du corps et ses changements

15 JANVIER 2025
13h30-16h

Changements et adaptation au quotidien

12 FÉVRIER 2025
13h30-16h

Groupe pour les aidants proches

19 MARS 2025
13h30-16h

Relations avec les proches

16 AVRIL 2025
13h30-16h

Peur de la récïdive

21 MAI 2025
13h30-16h

Les séances sont organisées par des psychologues du Centre Harvey Cushing

Lieu : FONDATION CONTRE LE CANCER
Chaussée de Louvain 479, 1030 Schaerbeek

Intéressé(e) ? Contactez-nous pour toute inscription ou informations
groupeparole.chc@gmail.com
02.555.42.87



Le Centre Harvey Cushing, en collaboration avec la Fondation contre le Cancer organisent des **groupes de paroles** pour les patients atteints de tumeur cérébrale et leurs aidants proches.

Deux dates sont exclusivement prévues **pour les aidants proches** (les autres dates sont uniquement pour les patients) : le **27 novembre 2024** et le **19 mars 2025** de **13h30 à 16h**. Les groupes ont lieu à **Schaerbeek**.

Attention : les autres groupes planifiés sont exclusivement réservés aux patients.

Informations et inscription : groupeparole.chc@gmail.com ou 02/555.42.87



**Centre de Soins de Jour le Illème
Millénaire**
vous invite à

La pause du colibri

Espace de rencontre et d'échange pour les aidants
proches de personnes ayant une maladie
neurodégénérative

Les mercredis de 10h à 12h

- 25 septembre 2024
- 4 décembre 2024
- 5 février 2025
- 9 avril 2025
- 4 juin 2025

Les jeudis de 14h à 16h

- 3 octobre 2024
- 14 novembre 2024
- 9 janvier 2025
- 6 mars 2025
- 22 mai 2025

61 chaussée de Vleurgat,
1050 Ixelles
02/639.34.96

Inscription gratuite:
centresoinsdejour@acis-asbl.be



Le Centre de Soins de Jour Illème Millénaire, qui accueille des personnes âgées souffrant de maladies neurodégénératives et/ou en grande dépendance physique, a repris ses **groupes de paroles destinés aux aidants proches** de personnes ayant une maladie neurodégénérative vivant à domicile depuis septembre.

Les prochaines dates en 2024 seront :

- Le jeudi **14 novembre** de 14h à 16h
- Le mercredi **4 décembre** de 10h à 12h

Lieu : Chaussée de Vleurgat 31 à 1050 Ixelles

Prix : gratuit.



L'association Hispano Belga qui réunit la communauté hispanique autour de différentes activités, rencontres, repas, a souhaité débiter des groupes de parole pour les aidants proches de leur communauté.

Deux groupes de parole sont prévus avec l'asbl Aidants Proches Bruxelles puis ils poursuivront seuls avec une disponibilité de l'ASBL si besoin :

- Lundi 25 novembre 10h30-12h30
- Lundi 16 décembre 10h30 -12h30

Merci pour leur confiance et leur projet pour soutenir les aidants proches.



Atelier théâtre

avec Magali ZAMBETTI

Les samedis 16 et 30 novembre 2024
de 13h à 15h



Pour les
fratries de
6 à 12 ans

10 €

Avenue de Roodebeek 273
1030 Schaerbeek
Inscriptions obligatoires :
fratriha@fratriha.com
ou 0498 48 32 48

FratriHa vous propose un atelier théâtre avec Magali Zambetti pour les fratries de 6 à 12 ans.

Date : Les samedis 16 et/ou 30 novembre, de 13h à 15h

Prix : 10 €/ atelier

Lieu : 273, chaussée de Roodebeek à 1030 Schaerbeek

Inscription sur fratriha@fratriha.com ou au 0498/48.32.48 (obligatoire)

UNE SOIRÉE D'ÉCHANGE

“LE VIEILLISSEMENT DE MON PROCHE : COMMENT ENVISAGER LA SUITE ?”

INSCRIPTIONS GRATUITES PAR MAIL FRATRIHA@FRATRIHA.COM
OU PAR SMS AU 0498/48.32.48

QUAND NOS
PARENTS NE
SERONT PLUS
LÀ, OÙ VA-T-IL
VIVRE?

ELLE NE VEUT
PLUS ALLER AU
CENTRE DE
JOUR, DOIT-ON
ACCEPTER ?

UNE MAISON DE
REPOS ?
EST-CE
ENVISAGEABLE
POUR LUI ?

ELLE VEUT
PRENDRE SA
PENSION.
COMMENT
FAIRE AU
MIEUX ?



JEUDI 21 NOVEMBRE 2024
DE 19H À 20H30
BOULEVARD DE SMET DE NAEYER 578
1020 BRUXELLES



CET ÉVÈNEMENT EST DESTINÉ AUX PROCHES D'UNE
PERSONNE EN SITUATION DE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE



FratriHa vous propose un temps d'échange sur le vieillissement de votre proche en situation de handicap mental. Vous vous posez des questions sur ce qui existe ? Les pensions ? Les maisons de repos ? Les centres d'hébergements ? etc. Venez en discuter avec le service Haliage et d'autres familles chez FratriHa.

Date : Jeudi 21 novembre, de 19h à 20h30

Prix : gratuit.

Lieu : Boulevard de Smet de Naeyer 578 à 1020 Laeken.

Inscription sur fratriha@fratriha.com ou au 0498/48.32.48 (obligatoire)

PROCHES & SANTÉ MENTALE

*Soirée de présentation de la recherche
"Besoins et défis des proches en santé
mentale"*

**25 NOVEMBRE 2024
18H À 21H**

Rue de
l'Association 15
1000 Bruxelles
4^{ème} étage

**Vous êtes proche d'une personne vivant
avec des difficultés de santé mentale et
vous souhaitez en savoir plus sur les défis
et les ressources à votre disposition ?**

Rejoignez-nous pour une soirée d'échanges et
d'information spécialement dédiée aux proches.

Cet événement est une opportunité de se
rencontrer, d'échanger, et de se ressourcer.
N'hésitez pas à venir accompagnés !

18h Accueil
18h30 Présentation du rapport
19h30 Echanges
20h30 Drink et mises en bouche

Contactez Olivier Degand au 02 289 09 60
ou à l'adresse mail o.dg@platformbxl.brussels



www.platformbxl.brussels

La Plateforme vous invite à sa soirée de présentation de la recherche qu'ils ont menée sur les besoins et défis pour les (aidants) proches de personnes souffrant de difficultés en santé mentale.

- Date : 25 novembre de 18h à 21h
- Lieu : Rue de l'Association 15 à 1000 Bruxelles (4^{ème} étage)
- Informations et inscriptions : 02/289.09.60 ou o.dg@platformbxl.brussels.

RELAIS POUR LA VIE
Rejoignez notre équipe !
 La Plateforme Bruxelloise pour la Santé Mentale participe au Relais pour la vie



**24H
 RUN
 &WALK**

Lutter contre le **cancer** tout en prenant soin de sa **santé mentale**

9 & 10 NOVEMBRE 2024

Départ le samedi à 14h au **Stade Fallon**
 Chem. du Struykbeken 1 - 1200 Bruxelles

INSCRIPTIONS
 DONS
 www.platformbxl.brussels

RELAIS POUR LA VIE
 fondation contre le cancer

Contact : event@platformbxl.brussels
 Tous les fonds récoltés sont reversés à la Fondation contre le cancer

LEVENSLLOOP
Kom bij ons team !
 Het Brussels Platform voor Geestelijke Gezondheid neemt deel aan het Levensloop



**24H
 RUN
 &WALK**

Tegen **kanker** vechten terwijl je voor je **geestelijke gezondheid** zorgt

9 & 10 NOVEMBER 2024

Vertrek om zaterdag op 14u
 in **Fallon Stadium**
 Struykbakenweg 1 - 1200 Brussels

INSCRIFVING
 DONATIES
 www.platformbxl.brussels

LEVENSLLOOP
 stichting tegen kanker

Contact: event@platformbxl.brussels
 Alle ingezamelde fondsen worden gedeeld aan Stichting tegen kanker

"Lutter contre le cancer tout en prenant soin de sa santé mentale".

La Plateforme participe au Relais pour la Vie de Bruxelles les 9 et 10 novembre prochains.

Olivier, capitaine de l'équipe de la Plateforme vous invite à le rejoindre pour marcher en hommage aux personnes touchées par le cancer mais aussi à leurs proches dont la santé peut aussi être impactée par le cancer de la personne concernée.

Envie de rejoindre notre équipe de marcheur/coureur pour le Relais ? Scannez le QR Code.

Si vous n'avez pas le temps ou l'énergie pour nous rejoindre vous pouvez aussi participer autrement :

- En étant présent au stade Fallon durant le Relais
- En faisant un don pour le Relais pour la Vie
- En récoltant des dons au nom de l'équipe PBSM avant ou après le Relais.
- En imprimant l'affiche ci-dessous et en l'affichant dans vos lieux de lien

VILLA INDIGO

GROUPE DE PAROLES POUR PARENTS D'ENFANTS ATTEINTS DE HANDICAP ET/OU MALADIE GRAVE

VOUS SOUHAITEZ
ECHANGER AVEC
D'AUTRES PARENTS
SUR VOTRE VECU ?

PARTAGER DES IDEES POUR
VOUS AIDER EN TANT QUE
PARENT ?

VOUS SOUHAITEZ
PARTAGER VOS
SENTIMENTS ET
EMOTIONS DANS UN
CADRE BIENVEILLANT ET
SECURISANT

CYCLE DE 3 ATELIERS :
• le 21/10 de 10 à 12h
• le 20/11 de 9h30 à 11h30
• le 16/12 de 14 à 16 h

RESERVATION AU
02/205.09.00

La Villa Indigo organise des groupes de parole pour les parents d'enfants atteints de maladie grave associée ou non à un handicap important, nécessitant une prise en charge par une équipe pluridisciplinaire (dont des soins infirmiers). Les parents dont l'enfant est inscrit à la Villa Indigo sont prioritaires mais ils sont ouverts à accueillir des parents non-inscrits.

- **Dates** : 20 novembre de 9h30 à 11h & 16 décembre de 14h à 16h
- **Informations et inscription** : 02/205.09.00 ou psy@villaindigo.be

SAVE THE DATE
5-6 | 12 | 2024
ULB Bruxelles

Journées d'étude
internationales

CDCS asbl | InforHome-Info asbl
Centre de recherche MétiCS (U-ULB)

L'EXPIÉRIENCE
DU COVID EN MAISON
DE REPOS/RETRAITE

SAVOIRS, HISTOIRES,
MÉMOIRE

Programme sur www.cdcsasbl.be

BELGIQUE
FRANCE
SUISSE
QUÉBEC

CDCS
InforHomes
ULB
UNIVERSITÉ
LIBRE
DE BRUXELLES

Dans le prolongement d'une étude publiée l'an dernier sur le vécu de la crise Covid en maison de repos (et de soins) en région Bruxelloise, les asbl CDCS, Infor-Home-Info et le centre de recherche Métime organisent des journées d'études internationales les 5 et 6 décembre prochain à Ixelles.

Les vécus pluriels, générés par la crise sanitaire et ses conséquences, ont et continuent encore d'influer sur les pratiques d'accompagnement et les institutions au sein desquelles elles se déploient.

Ces journées ont été pensées avec l'objectif de faire mémoire et de partager des savoirs. Elles sont ouvertes à toutes personnes intéressées et concernées par la thématique.

[Programme et inscription](#)



Vous aidez régulièrement votre parent ou votre voisin âgé mais la situation devient de plus en plus compliquée et vous souhaitez réfléchir avec un professionnel ? Nous vous présentons l'équipe Dionysos. Il s'agit d'une équipe mobile gériatrique qui soutient les personnes âgées et leur réseau. C'est un service gratuit disponible sur les 19 communes de Bruxelles. Tout le monde peut s'adresser à l'équipe Dionysos, pour autant que cela concerne une personne âgée de plus de 60 ans. Tout type de demande est accueillie telle que, par exemple, un sentiment d'épuisement lié à une situation longue et difficile, une demande liée à un problème de démence, de conflit relationnel, de mobilité. Plus d'informations ? Contactez-les : 02/888-70-57.



FR :

Samen toujours vous présente les réseaux d'entraide qui peuvent être un soutien pour les aidants proches. Ces réseaux tentent de lutter contre l'isolement social des personnes âgées en mettant en lien ces personnes âgées avec des bénévoles. Leur objectif est de créer ou de renforcer des liens avec les personnes âgées leur permettant ainsi de vieillir dignement et sereinement dans leur environnement.

NL :

Samen Toujours laat je kennismaken met de burenhulpnetwerken die ondersteuning kunnen bieden aan mantelzorgers. Deze netwerken proberen het sociale isolement van ouderen te bestrijden door hen in contact te brengen met vrijwilligers. Hun doel is om banden met ouderen te creëren of te versterken, zodat ze waardig en rustig ouder kunnen worden in hun eigen omgeving.



Quelques mots sur Pass-ages que notre équipe a visité au mois de juillet dernier ...

Pass-ages est une **maison de naissance et de mourance** au sein d'un habitat intergénérationnel. Pass-ages offre un lieu paisible et agréable mais également et surtout un accompagnement humain et solidaire par une équipe de volontaires qui offrent leur présence bienveillante.

En mourance, ils accueillent les personnes pour des séjours de fin de vie et pour des répits d'environ un mois. Le répit est parfois nécessaire pour la personne en fin de vie elle-même mais aussi pour les aidants proches qui peuvent avoir besoin de souffler.

Pass-ages offre une formule unique, un groupe d'une cinquantaine de volontaires formés se relayant pour accompagner ses hôtes.

Venez découvrir Pass-ages tous les vendredis midis de 12 à 14h autour d'une soupe de bienvenue.

Contact : info@pass-ages.be.

[Plus d'informations](#)

Don et paiements bancaires

IBAN : BE17 3631 5098 8321

BIC : BBREBEBB

Bénéficiaire : Aidants Proches Bruxelles
ASBL.

Adresse : Boulevard de Smet de Naeyer
570, 1020 Bruxelles

Informations au 02/474.02.55



Partagez votre avis sur nos activités



Aidants Proches Bruxelles asbl

Bld de Smet de Naeyer 570, 1020, Bruxelles

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}.

Vous avez reçu cet email parce que vous vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Se désinscrire](#)

