

Hainaut

Atelier cérébral

Deux séances jeux ont déjà eu lieu à Anderlues et à Mouscron : convivialité et bonne humeur sont au rendez vous !



Avec l'été qui arrive, le comité du Hainaut, ses bénévoles et l'équipe sociale vous proposent diverses activités :

Le 29 juin, à partir de 13h : Bingo



Où : salle de basket à Soignies, Chemin du Tour Lette.

Petite restauration et bar égayeront vos parties de jeux. Les bénéfices seront partagés entre le comité Hainaut et le Club de basket.

Le 19 Juin : Festival Mondial de Danses folkloriques

Rue de Chièvres, 17 à 7333 Tertre. Rendez-vous à 14h30 devant l'entrée du hall de maintenance.

Le prix pour les affiliés sera de **5€** et **10€** pour les non affiliés.

Les réservations sont à effectuer auprès de Juliette Degreeef 0492/97.47.38.



Luxembourg

Témoignages à l'école de Saint-Pierre le 21 mars

Mon petit-fils, Luca, est en sixième année primaire dans cette école. Il a fait part à son institutrice que son papy a la sclérose en plaques et qu'il se déplace en chaise roulante. Son instit a été touchée par ses propos qu'elle a transmis à ses collègues. Elles ont décidé de m'inviter le 21 mars pour parler aux quatrièmes primaires en fin de matinée et aux cinquièmes, sixièmes primaires durant l'après-midi. Cynthia, l'assistante sociale de la Ligue a contacté Fabienne et Samuel, tous deux ayant la sclérose en plaques pour m'accompagner en relatant leur témoignage. Une quatrième personne est venue avec nous pour expliquer son rôle d'aidante proche, c'est mon épouse, Anita !

Succès total dans notre rencontre avec plus de 50 enfants.

Ils ont écouté avec beaucoup d'attention nos chemins de vie avec la sclérose en plaques et le quotidien d'une aidante proche.

De nombreuses questions ont été posées par les enfants ! Ensuite, nous avons fait 6 ateliers pour que les enfants puissent ressentir les symptômes qui nous compliquent la vie au fil des jours.



Daniel

Là aussi, bel échange entre les enfants et nous ! A 15h30, fin de la journée avec des applaudissements pour les enseignantes qui ont permis ces échanges et qui nous ont préparé un plat de pâtes qu'elles ont mangé avec nous à midi. Pour terminer, j'ai demandé des applaudissements pour Luca !!!

Le 11 octobre à 13h00 : musée de la photo à Mont/S/ Marchienne : après la visite du musée, il sera possible de savourer un café et une petite douceur à la cafétéria du musée qui donne sur le jardin de l'ancien cloître.

25 octobre : Halloween à Vellereille Les Brayeux

Merci à l'ensemble des volontaires pour leur aide précieuse.

Si vous êtes intéressé(e) par nos activités, n'hésitez pas à consulter notre page Facebook « LigueSEP - Comité du Hainaut » pour être informé(e) de toutes nos sorties.

Vous pouvez également vous adresser à votre assistante sociale (coordonnées en fin de journal).

Si vous avez des idées/envies d'activités, n'hésitez pas à nous en faire part.

Nouveauté en province de Hainaut :

Création d'un groupe d'entraide pour les patients de la région de Beaumont/ Chimay qui se réunira un après-midi par mois.

Infos auprès de Juliette DEGREEF 0492/97.47.38.

Juillet

Le mercredi 23/07 - **Atelier cognitif** à Bertrix de 10h à 12h.

Août

Le mercredi 20/08 - **Atelier cognitif** à Bertrix de 10h à 12h.



Septembre

Le vendredi 26/09 - **Atelier couture** à Virton de 9h00 à 12h00



Liège

Sortie au musée des transports de Liège

Le 4 mars, les affiliés liégeois ont embarqué pour un passionnant voyage dans le temps au musée des Transports en commun de Liège.

Accompagnés de deux guides, ils ont découvert l'évolution de la mobilité à travers trams, bus d'époque et anecdotes.

La visite s'est prolongée dans la convivialité autour d'un buffet de sandwiches variés, pour clôturer cette escapade.



CAFÉ PAPOTE



Ouvert aux personnes atteintes de Sclérose en Plaques et à leurs proches

LUNDI 6 OCTOBRE 2025 DE 10H À 12H
Chemin des Mines, 3 6941 Tohogne

DURBUY

HOUFFALIZE

LUNDI 15 SEPTEMBRE
2025 DE 10H À 12H

Cour de l'Abbaye 15

INFOS ET RESERVATIONS

Houffalize
Annick Bosseaux :
0476/65.79.17

Durbuy
Cynthia Copine :
0476/65.79.21



Une initiative proposée par la Ligue Belge de la Sclérose en Plaques

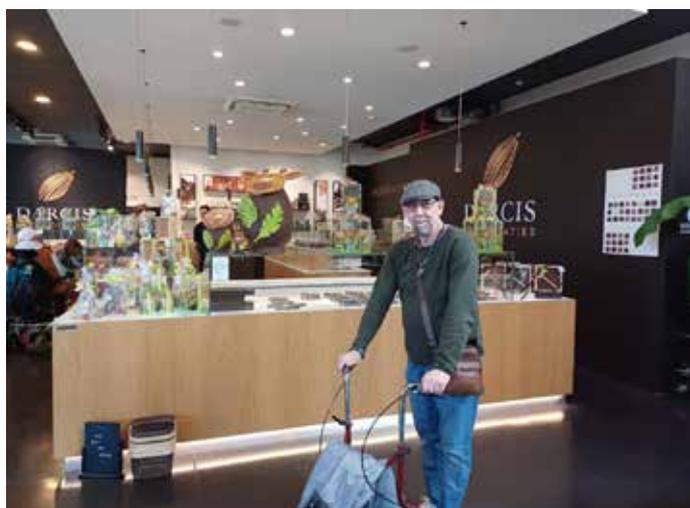


Visite gourmande au musée Darcis

Le 8 avril, cap sur Verviers pour une immersion au cœur du chocolat au musée Darcis !

De la fève de cacao à la tablette, nous avons exploré toutes les étapes de fabrication tout en éveillant nos papilles avec quelques dégustations.

La journée s'est poursuivie en douceur autour d'un repas à l'hôtel Van der Valk, où chacun a pu savourer, selon ses envies, un classique boulet-frites ou un risotto végétarien.





Brabant Wallon

Les activités proposées par les bénévoles :

Actif-Neurones

Jeux de société variés et initiation à la tablette, portable, smartphone...

Inscription auprès de Claire LOUIS

0474.33.55.49. - 010.41.85.15. - clairelouis2b@gmail.com

2 vendredis par mois - de 13h à 17h - Profondsart - **Gratuit.**

Excursion :

Jeudi 19 juin - visite de l'Abbaye Notre-Dame du Vivier - Namur, suivi d'un repas - Covoiturage. Une partie de l'excursion sera financée par les bénéfices récoltés lors du marché de Noël 2024.

Prix : **40,00€**, horaire et modalités d'inscriptions via Geneviève COLPAERT : 0498.41.53.03.



Autres excursions estivales encore à fixer.

Les activités organisées par le Service social :



Jade KOCH : 0496.252.854. - jkoch@liguesep.be

Jeoffroy ROMBAUT : 0497.505.614. - jrombaut@liguesep.be

Pop'Corn, sortie cinéma

Jeudi 12 juin et lundi 7 juillet - Cinescope de Louvain-la-Neuve - PAF 9,00€ prix avantage à payer sur place.

Les séances se tiennent entre 13h et 14h30 selon le choix du film. Possibilité de prolonger le plaisir par le partage d'un verre de l'amitié, offert par le Comité.

Inscription obligatoire !

Groupe de soutien - septembre à novembre

Co-animé par Agathe CRESPEL, Psychologue Clinicienne - 2.50€

Marché de Noël 2^{ème} édition

Bloquez déjà la date du 30 novembre pour nous soutenir et faire de cet événement un incontournable et permettre d'engendrer des bénéfices pour vos animations favorites ! Nous sommes à la recherche d'artisans, si cela vous parle, revenez-vers nous ! L'affiche sera disponible dans le prochain numéro.



Explorer ensemble des trajectoires

GROUPE DE SOUTIEN SEP

En co-animation avec Agathe Crespel, psychologue clinicienne et psychodramatiste.

Quand? Les jeudis 13/03, 20/03, 03/04, 17/04, 15/05 de 15h30 à 17h

Lieu : rue du try, 13 à 1490 Court-Saint-Etienne

Inscriptions auprès de Jade au 0496/252 854 et jkoch@liguesep.be et Jeoffroy au 0497/505 614 et jrombaut@liguesep.be

Groupe limité à 10 participants avec un minimum de 6 participants.

Quelques brèves de nos précédents évènements :

Excursion à Keramis en mars

« Journée incroyablement intéressante, découverte du musée de la poterie suivi d'un atelier. C'était juste magnifique ».

ANNE



Cycle Second Souffle - Au rythme des mots

« Très chouette concept, c'était un très agréable après-midi, tout s'est déroulé dans le respect et les limites de chacun ».





Namur

C'était jeunial !

Le 08 avril dernier, nous avons passé notre premier après-midi jeux de société à Naninne.

Même si nous n'étions pas très nombreux, la bonne humeur était au rendez-vous.

Nous avons eu l'occasion de découvrir les deux jeux suivants autour desquels nous nous sommes bien amusés.

Maudit Mot Dit

Avec **Maudit Mot Dit**, chaque partie est un vrai défi d'équilibre entre précision et malice.

Le principe : vous devez faire deviner un mot ... en donnant exactement le nombre d'indices indiqué sur la carte.

Ni plus, ni moins !

Mais attention : si vous êtes trop évident, les joueurs vous voleront le point.

Et si vous êtes trop flou, tout le monde risque de passer à côté. Résultat : fous rires, prises de risques, et parfois de belles surprises.

Un jeu rapide, accessible et malin, parfait pour jouer en groupe et stimuler l'écoute et l'intuition.

Testé et approuvé !



6 qui prend !

Derrière ses règles simples, **6 qui prend !** cache un redoutable jeu de stratégie et d'anticipation. Chaque joueur pose une carte numérotée par ordre croissant, mais attention : si vous complétez une ligne de 6 cartes... vous ramassez toute la rangée, avec les têtes de bœuf comme pénalité !

Plus le chiffre est bas, plus on joue tôt... mais plus on risque de tomber dans le piège des autres. Résultat : on rit, on râle, on bluffe, et on essaie de garder le score le plus bas possible !

Un jeu rapide, accessible à tous, parfait pour faire travailler la logique tout en s'amusant.





Bruxelles-Capitale

Le premier trimestre a été très riche de découvertes

En février, nous avons été nombreux à visiter le Parlement européen. Notre guide a évoqué l'histoire de l'Europe, sa création, son organisation et ses défis !



En mars, c'est l'art qui était au rendez-vous. Le magnifique concert de printemps nous a ébloui par la virtuosité et la grande qualité des musiciens.

Un très beau moment partagé avec un public nombreux.

Nous avons enchaîné avec un concert donné par les professeurs de l'académie d'Auderghem.

C'était une belle soirée pleine de talent et de gentillesse, car pour la 3^{ème} année consécutive les gains récoltés lors de cette soirée étaient au bénéfice des activités de la Ligue. Nous les remercions mille fois !

Fin du mois, nous nous sommes tous retrouvés pour une après-midi sympa de « shopping » clôturée par une pause autour d'un café ou d'un bon verre.



Copyright @Indy Vertommen

Programme pour le 3^{ème} trimestre

- Juillet : Méditation - Cinéma - BBQ à la ferme « Nos Pilifs ».
- Septembre : Méditation - Cinéma - visite de la Villa Empain avec l'exposition « Egypte ancienne et art contemporain ».

Au plaisir de vous y voir !

Sans oublier nos activités « habituelles »: cinéma, méditation et atelier créatif qui sont de formidables moments d'amitié.