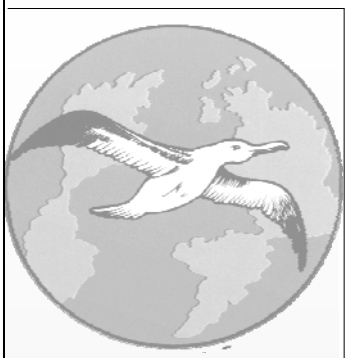
www.imso.be

België – Belgique
P.B.

1820 Steenokkerzeel
P004273

INTERNATIONAL MULTIPLE SCLEROSIS ORGANISATION



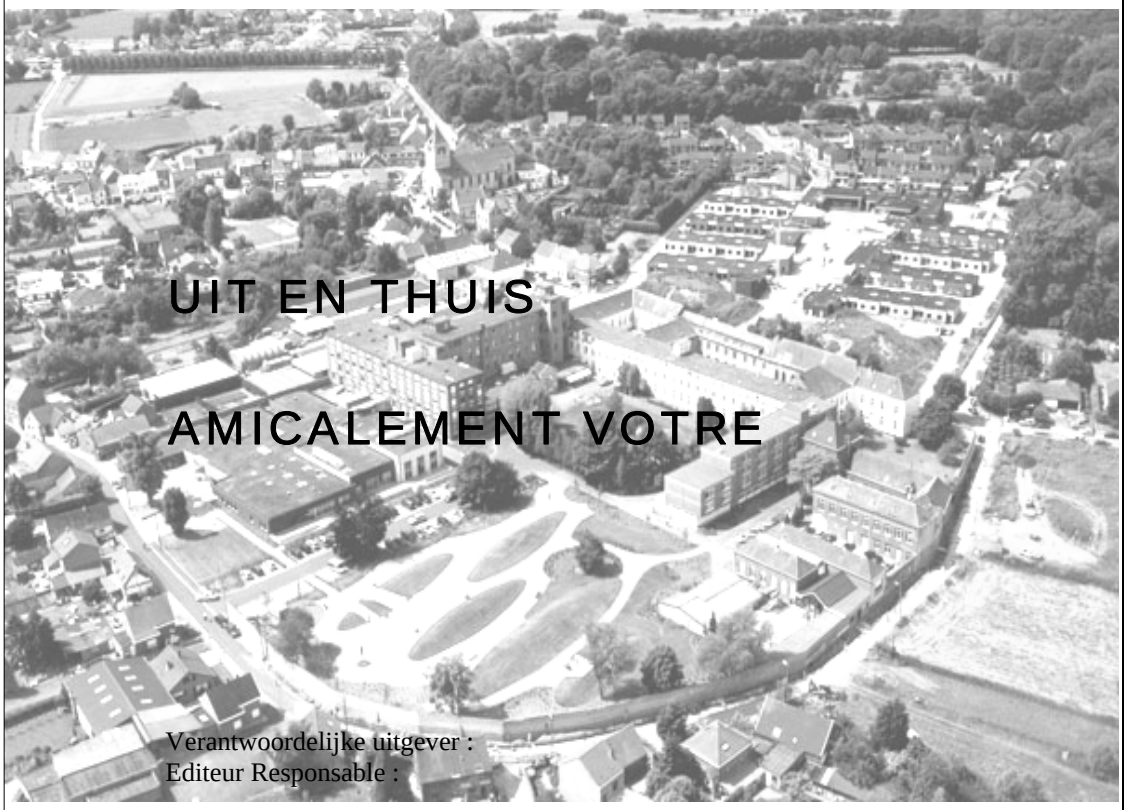
IMSO

DRIEMAANDELIJKSE UITGAVE

Nr. 1 - 30ste Jaargang
Januari – Februari – Maart 2010

REVUE TRIMESTRIELLE

N° 1 – 30ième Année
Janvier – Février - Mars 2010



Verantwoordelijke uitgever :
Editeur Responsable :

IMSO-team
Vanheylenstraat 16
1820 Melsbroek

Uitgiftekantoor :
Bureau de distribution :
1820 Steenokkerzeel

INHOUDSTAFEL / SOMMAIRE

Overzicht - Sommaire	3
Nieuws	4
SIMSO, zondag 25 april 2010	5
Kliniektoestanden	6
Oostrem v.z.w.	9
Zorgpleger en zorgbehoevende : zorgloos op uitstap ?	11
Dialoog vergaderingen	18
Nieuws van de 15 de WING, Melsbroek.	22
Puzzels en sudoku	23
Feestkalender	25
Anniversaires - Verjaardagen	30
SWIMSO, dimanche 25 avril 2010	32
Réunions du grpoue « Dialogue »	33
Soignant et soigné : peuvent-ils partir en voyage sans soucis ?	37
Calendrier	45
Résultats des puzzles et sudoku	51

OVERZICHT

Bent u de lange afkoeling van de aarde ook al beu ? Wij wel. Maar donkere en koude dagen hebben ook hun voordeel. Er is meer schrijfijver en huisvlijt. Vandaar onze langere artikels.
Zo hebben we een tekst vol raadgevingen voor iemand die met vankantie wil en dat varieert van ééndagtrips tot langere verblijven. Vrijwiligers zijn hier altijd welkom.

Wij blijven voorts de dialoog aangaan over allerlei praktische problemen waarvan de oplossingen een verbetering voor de patiënt betekenen.
Vergeet anderzijds de datum van 25 april niet, want dan houden we onze Swimso.
Voor de homo ludens zijn er de feestkalender, puzzels en sudoku's.
En een voormiddag in de kliniek in Melsbroek kan raar verlopen ! Lees maar.

A.W.

SOMMAIRE

Grâce à la rudesse de notre hiver, les traductions et rédactions d'articles sont rendues encore plus agréables, car le rédacteur n'a aucun regret de ne pas pratiquer d'activités de plein air.

Vous trouverez cette fois la traduction d'un article fort intéressant décrivant les difficultés, les pièges, mais aussi les joies que les patients accompagnés de leur aide peuvent rencontrer lors de leurs excursions d'un jour, vacances et voyages… Les bénévoles sont à ce propos toujours les bienvenus.

Vous trouverez les rapports des réunions des groupes dialogue, toujours tendues vers l'amélioration des aides et thérapies à apporter aux patients.
La marathon Swimso se tiendra le 25 avril.

Yvon.

Overleden ***Nous ont quitté***

De Heer Jan VANDER VORST

Geboren te Diegem op 1 november 1932

Overleden te Melsbroek op 28 oktober 2009

Mevrouw Marie-Louise VAN DER ELST

Geboren te Borchtlombeek op 9 februari 1935

Overleden te Aalst op 7 januari 2010

Mevrouw Caroline HOTTAT

Geboren te Tienen op15 juni 1964

Overleden te Melsbroek op 13 december 2009

De Heer Franek JAMROZIK

Geboren te Geelen (NL) op 16 oktober 1949

Overleden te Herent op 3 februari 2010

Mevrouw Annie SMETS

Geboren te Vilvoorde op 13 juli 1959

Overleden te Leuven op 2 november 2009

SWIMSO 2010
Sporten voor MS

I.M.S.O. Leuven Erasmus

Geachte,

Een dagje ontspanning voor het hele gezin? Uitstekend idee, zeker als U er ook een goed doel mee steunt!

Neem dus snel Uw agenda en noteer:

Zondag 25 april 2010 van 09.00 tot 20.00 uur
Zwembad Hofstade ("Hofstade Heide")

SWIMSO 2010

Swimso is een *zwemmarathon* met een jarenlange traditie. De organisatie is in handen van vzw IMSO (International Multiple Sclerosis Organisation) en Lionsclub Leuven Erasmus.
De opbrengst gaat integraal naar personen met MS, een aandoening van het centrale zenuwstelsel die in België meer dan 10.000 mensen treft.

Bedoeling van SWIMSO is dat U een ploeg samenstelt om op een uur tijd zoveel mogelijk lengtes te zwemmen. U laat zich daarvoor sponsoren per lengte of een vast bedrag.
Meer informatie : zie link naar site van I.M.S.O.

Van al dat sporten krijgt U natuurlijk honger en dorst. U vindt ter plaatse alles wat U nodig hebt om weer op krachten te komen.

Sporten voor MS ? Gewoon doen!

Schrijf U meteen in en kom op 25 april 2010 met zoveel mogelijk vrienden en familie naar Hofstade. Bent U niet vrij, dan kunt U ons altijd steunen door een bedrag te storten op rekeningnummer 310-0453400-11 van SWIMSO
(voor giften vanaf € 30 ontvangt U een fiscaal attest).

Hartelijk dank voor Uw medewerking!

De Donder Luc Gsm: 0477 / 20 91 19
Coördinator

Aankondiging
Flayer zwemmarathon
Sponsoringformulieren
Wegbeschrijving

Deze documenten kun je downloaden van de site van IMSO:
http://www.imso.be/SWIMSO/Swimmarathon.nl.htm

Kliniektoestanden

Deze keer speelt mijn droom zich af in een fabriek waar papieren zakdoekjes worden verpakt in grote plastic zakken. Achter ons loopt een mentor die met een zweep gewapend het werktempo aangeeft zoals op een Romeinse galei. Het is een soort ploegbaas die ik plots hoor roepen: "Meisjes, kan het niet wat stiller. André slaapt nog. Laat hem nog maar een uur liggen." Ik kan niet bij mijn belletje en heb dus nog een uur meditatie voor de boeg.

Na nauwelijks een half uur, komen ze met zijn drieën binnen. "Is dat een uur ?" vraag ik gemaakt verstoord. "Tuttuttuttut" zegt de grootste "We zijn nu met zijn drieën. Ideaal dus om zo'n zware jongen als jij behoorlijk af te werken.

" De jongste was een stagiaire die Calypso heette. Tot dan toe was ik die alleen bij Homeros tegengekomen. Te laat bemerkte ik dat ze mijn gezicht aan 't inzepen was. En als ik ergens van baal, dan is het wel van zeep in mijn neus.

Intussen hadden de twee anderen mijn benen gewassen en waren al begonnen met mijn steunkousen aan te trekken. Dat bleek moeilijker dan ik gedacht had. De twee zaten te zuchten en te kreunen. "Oef, hoe taai zijn die wel. Je tenen zitten er nauwelijks in." Intussen ging het gewrijf bovenaan door. Onderaan bleef het vloeken en steunen. "Amai zeg, wie heeft die maten genomen?" klonk het bijna wanhopig.

Mijn gezicht werd vakkundig afgespoeld en afgedroogd. Onmiddellijk begon ze aan het rompgedeelte. "Calypso?", vroeg ik. "Ja, André" antwoordde ze met een

zwoele, erotische stem, terwijl haar veel te lange wimpers als guillotines op en neer bliksemden.

"Heeft zo'n jong meisje als jij dan geen last van al die naakte mannenlijven?" wilde ik weten. "Pffff" snoof ze verachtelijk, "voor mij is dat toch maar een vinger". De belediging doorslikkend vroeg ik: "Calypsootje, trek dat bloesje en dat behaatje maar eens uit, want voor mij zijn dat toch maar meloenen."

Eén ondeelbaar ogenblik lang tintelden er lichtjes in haar ogen, zo van : "En toch heeft hij gelijk." Maar toen schoot ze hardop in de lach en ging door met schrobben. Beneden was de klus zo goed als geklaard.

Plots dacht ik eraan dat er een "rechts" en een "links" in de kousen stond. Toen ik hen daarop attent maakte, ging het gezucht plots over in gevloek. "Getfer, had je dat niet eerder kunnen zeggen. "Natuurlijk bleek de verkeerde kous aan de verkeerde voet te zitten. Je hebt natuurlijk 50% kans op een mislukking. En ze hadden dus hun kans gegrepen. Voor hun gekreun over kon gaan in geblaas, bleek de stagiaire al klaar met de wasbeurt. Vanaf toen ging alles razendsnel.

De ploegbaas kwam binnen en sommeerde de meisjes om op te schieten, want die van de kine had gebeld. Eens beneden werd ik in de zaal gezet. "André, je bent een kwartier te vroeg. Zolang zal je nog moeten wachten" riep de één of andere zwaar overwerkte -ist. "We hebben veel te veel werk".

Hij was duidelijk verstoord over enkele collega's, waarvan de ene vergadering had en de andere een snipperdag. En die smiecht van een derde had uitgerekend vandaag uitgekozen om ziek te worden.

"Hugo", riep hij "Zet jij Marie-Claire in haar stoel, dan zet ik Jos op de fiets. Daarna gaan we Roel rechtzetten." Twee minuten later stelde hij mij gerust : "Kom maar,

André, ik zal je op tafel leggen." Hij greep me bij de lurven en deed het beloofde.

Met een goeie "stalen verpleger" raken je voeten zelfs de grond niet.

Als een veertje werd ik opgetild en op de sta-tafel gevlijd. "Hugo", donderde hij maar door, "ik zal den Dré zijn benen doen, dan kan jij beginnen met Marleen haar armen. Daarna haal ik Roel van de fiets en doe ik Marleen haar benen.

Als ik met den Dré klaar ben, help me dan hem recht te zetten." Hoe hij al die ledematen uit elkaar heeft gehouden, is mij nog altijd een raadsel.

Voor mij was de hele zaal allang veranderd in een zevenkoppig monster van grijparmen en slingerbenen. Tegenover hem stond de GVR (de Grote Vriendelijke Reus*) die met enkele gerichte houwen van zijn zwaard de koppen liet rollen. Hij begon mij in te riemen, goed te positioneren en te vertikaliseren.

"Kan je mij even helpen om Martin zijn broek op te trekken"? riep iemand.
In één uur tijd had hij met zijn stagiair drie patiënten op de fiets of rechtgezet, drie anderen gerekt, gestretcht en gemobiliseerd. De drie volgende kanonnen had hij in stelling gebracht. "En dan zou je hier niet mogen zot worden." knorde hij nors.

Hij hield dat tempo nog een tijdje vol. Toen bracht hij aan mij de laatste retouches aan, maakte een zegenend gebaar en zei op plechtige toon : "Ite , kine est." "Amen" prevelde ik haast ingetogen.

André Werelds * Jeugdboek van Roald DahL

OOSTREM

Doordat iedereen zijn individueel gesteld doel bereikt, realiseren we samen 16 extra plaatsen voor mensen met een handicap!

Oostrem organiseert voor de derde keer een sportieve sponsoractie.
Door allerlei sponsoracties wilOostrem een bouwfonds opbouwen om in de nabije toekomst 16 nieuwe woongelegenheden te kunnen aanbieden aan mensen met een handicap.

Het nieuwbouwproject De Wilg. voor 10 volwassenen met multiple sclerose of een niet-aangeboren handicap is het verst gevorderd. De Vlaamse Regering heeft het project goedgekeurd, maar er moeten nog wel enkele obstakels weggewerkt worden.

In Wilsele-Putkapel willen we nog 6 woongelegenheden ter beschikking stellen voor personen met een diepverstandelijke handicap. Het huis is reeds eigendom van Oostrem, maar moet grondig verbouwd worden.
Daarnaast wil Oostrem een activiteitencentrum uitbouwen in het rechtergedeelte van de Benedictushoeve.

De kostprijs van De Wilg is geraamd op 1.693.935 €. Daarvan subsidieert het VIPA 1.016.361 €.
De Nationale Loterij en de provincie doen ook een bijdrage, zodat er voor de vzw. nog een eigen inbreng nodig zal zijn van 449.510 €.
Voor de andere projecten wordt gerekend op een eigen inbreng van 200.000 €.

Door verschillende sponsoracties, waaronder Mont Ventoux 2006 en 2008, heeft Oostrem reeds 183.633 € ingezameld. In de voorbije jaren werd reeds 103.202 € geïnvesteerd in het project De Wilg.

Er is dus nog een lange weg af te leggen.

Geld inzamelen kan gelukkig ook op een prettige manier. Als wij erin slagen om de doelstelling van Oostrem te laten samenvallen met de doelstelling van potentiële sponsors, dan is succes verzekerd.

Met deze brochure richten wij ons tot jullie als sportliefhebber of recreant. Jullie willen een nieuwe uitdaging. Oostrem helpt jullie om deze uitdaging waar te maken.

Verwoede stappers, maar ook diegenen die houden van prachtige natuur, kunnen mee van donderdagavond 26 augustus tot maandagavond 30 augustus 2010 naar Evolène, het hartje van de Alpen in het Zwitserse Wallis. In dit prachtige wandelgebied lonken hoge toppen en gletsjers. Samen willen we, al stappend, een top bereiken. We dagen jullie uit om enkele bewoners van Oostrem, per joëlette, naar de top te brengen.

Voor de fietsers verleggen we dit jaar het terrein naar de Franse Alpen. Namen als Alpe d'Huez en de Marmotte spreken zeker tot de verbeelding. De Marmotte is een bergtocht van 175 km met 4 beklimmingen waarbij in totaal 5.000 m. hoogteverschil moet overwonnen worden. Het vertrek is voorzien op donderdagavond 9 september 2010 en maandagavond 13 september komen we terug. Ook hier dagen we jullie uit om gebruikers van Oostrem, met een aangepaste fiets naar de top van Alpe d'Huez te rijden.

Begint het jullie al te duizelen. Lees dan zeker verder. Het motto van deze actie is 'Iedereen kan het', jullie en de bewoners van Oostrem.

Overtuigd? Snuif dan al de sfeer op van de vorige acties, terug te vinden op www.oostremventoux.be.

Ja, ik kan het ook!

Geïnteresseerd in deze sportieve uitdaging? Wandelen of fietsen voor het goede doel: "Iedereen kan het !" Je wil graag deze sponsoractie voor Oostrem ondersteunen?

Maak je nu kenbaar en wij bezorgen je later alle verdere informatie over programma, verblijf, reis, enz... en een definitief inschrijvingsformulier.

Voorlopig Inschrijvingsformulier Ja, ik kan het ook!

Voornaam en naam: .....

Adres: .....

....

tel. of GSM: .....

e-mail:.....
.....@.....

wil graag deelnemen aan de sponsoractie "Iedereen kan het !" tv.V. Oostrem.

0 Ik ben geïnteresseerd in het Wandelprogramma in Evoléne van 26 tot 30 augustus 2010

0 Ik kan helpen bij het trekken en duwen bij een joëlette-wandeling 0 Ik wil een sportieve inspanning met een stevige bergwandeling 0 Ik wil genieten van een rustige recreatieve wandeling

0 Ik ben geïnteresseerd in het Fietsprogramma Alpe d'Huez - Marmotte, 9 tot 13 sept. 2010

0 De beklimming van de Alpe d'Huez spreekt mij aan.
0 De Marmotte daagt mij uit
0 Ik wil mij uitleven in de Mi Marmotte

Bezorg dit voorlopig inschrijvingsformulier aan het Oostrem-secretariaat:

OOSTREM VZW

BIILOKSTRAAT 90 3020 HERENT 016/23.15.45

Secretariaat.oostrem@teenet.be

ZORGPLEGER EN ZORGBEHOEVENDE: ZORGELOOS OP UITSTAP?

Met dank aan Joëlle, een medepatiënte van mijn echtgenote, die alle informatie bezorgde over het bezoek aan Parijs. Zij heeft zelf het hele traject afgelegd - met begeleiding uiteraard - en verzekerde mij dat al de in haar documentatie vermelde plaatsen vlot te bezoeken zijn voor een rolstoelpatiënt. Het was Joëlle die mij op het idee bracht om dit artikel te schrijven.

De zorg, die de mobiele partner dient te verlenen aan een mindervalide partner, wordt dikwijls onderschat. De voortdurende zorgverlening legt een onophoudelijke last op de schouders van de zorgverlener. Het zijn sterke schouders die zware lasten kunnen dragen, zegt het spreekwoord. Doch ook de sterkste en de taaiste personen kunnen het moeilijk krijgen als ze niet van tijd tot tijd geholpen worden, een goed gesprek kunnen voeren of minstens wat morele steun mogen ervaren. De zorgverlenende partner loopt in het algemeen een hoger risico op het ontwikkelen van depressies, overspannen toestanden of frustraties. Vandaar het belang dat de zorgpleger dient te hechten aan een goede ontspanning.

De individuele zorgverlening wordt nog gecompliceerder in het geval van een chronische ziekte, waarvan het ziektebeeld vaak evoluerend is. De soms onvoorspelbare evolutie van dit ziektebeeld dwingt zowel de zieke als haar omgeving om zich voortdurend aan te passen, dus om steeds de bakens te verzetten.

Het voorgaande betekent dat zowel de zieke als diens zorgpleger over een groot aanpassingsvermogen dienen te beschikken: elke planning van een uitstap of een reis dient grondig voorbereid te worden. Men mag geen enkel element van de planning overslaan, om ongemakken of teleurstellingen te vermijden.

Enkel als men zeker is dat alles tot in de puntjes is voorbereid, en dat niets is vergeten, dan pas kunnen beiden zicht echt ontspannen. Volgende onderwerpen kunnen helpen bij uw voorbereiding van een uitstap.

Dit artikel bestaat uit twee delen. Deel één legt een aantal vuistregels vast betreffende praktische aandachtspunten. Deel twee geeft een beperkt overzicht van enkele vakantiebestemmingen of daguitstappen. Tot slot vindt u nog enkele persoonlijke ervaringen die ons wijzen op de rekbaarheid van het begrip ‘rolstoelvriendelijk’.

Deel één: praktische aandachtspunten

- **Bepalen van de vakantiebestemming**
  - Het echte doel van de vakantie dient vastgelegd te worden alvorens er gezocht kan worden naar de vakantiebestemming. Is het doel:
    - Rust?
    - Zwemmen en zonnen, al dan niet in combinatie met een beperkt aantal uitstappen?
    - Actief uitstappen en bezoeken verrichten?

  - Het belang van de zorgbehoevende mag nooit uit het oog verloren worden, welke activiteit men ook plant: er dienen voldoende rustpauzes voorzien te worden, de verzorging dient stipt te kunnen verlopen, evenals het toedienen van de medicatie.

  - Is de bestemming zelf rolstoelvriendelijk? Welke delen zijn toegankelijk, welke eventueel niet? Is de directe omgeving rolstoelvriendelijk?

- Een goede verkenning op voorhand is onontbeerlijk. Een verkenning ter plaatse is niet altijd mogelijk, vandaar is het aangeraden om reisbrochures, reisgidsen of websites te raadplegen;

- Is het vakantieverblijf rolstoelvriendelijk? Op vele boekingsites en op de websites van de vakantieverblijven zelf, is het mogelijk op te zoeken hoe rolstoelvriendelijk de verblijfplaats wel is. Hou er echter rekening mee dat de uitbaters deze informatie zelf mogen meegeven, en dat deze dus niet altijd 100% objectief is. Deze informatie wordt dus niet altijd gecontroleerd door een onafhankelijk onderzoeksorgaan.

- Bevindt de kamer zich op het gelijkvloers of op een verdieping? Is er in het laatste geval een lift beschikbaar? Is de lift gemakkelijk toegankelijk voor rolstoelen? Is er één, of zijn er verschillende toegankelijke liften?

- Heeft de badkamer een klassiek bad of is ze uitgerust met een douche? Is de douche een instapdouche of is er een boordje waarover de zorgbehoevende dient te stappen?

- Is de eetzaal, of de andere gemeenschappelijke delen direct toegankelijk, of dient er een niveauverschil overbrugd te worden?

- Is de ligweide rond het zwembad vlot toegankelijk? Zijn er weinig of geen niveauverschillen? Hoe worden deze niveauverschillen overbrugd, via trappen of via hellingen?

- Is het zwembad toegankelijk via een trap met een leuning? Vaak is er geen andere keuze dan het visueel te controleren op foto's in reisgidsen of op de website van de verblijfplaats; wie honderd procent zeker wil zijn kan bij voorkeur rechtstreeks contact opnemen met de directie.

- Het is heel handig als men kan beschikken over informatie van een vorige bezoeker. Er bestaan websites waar bezoekers van hotels en andere vakantieverblijven hun ervaringen kunnen delen met anderen: onder de zoekterm "reisverslagen" vindt men heel wat websites zoals: www.zoover.be; op de jaarlijkse REVA-beurs in Flanders Expo te Gent is ook heel wat informatie over aangepaste verblijven te vinden.

- **Planning van het traject van de reis of de uitstap**

  - Betreft het een reis met een wagen of een touringcar: hoeveel plaspauzes zijn er voorzien? Idem wat rustpauzes betreft;

  - Gaat de reis over de weg, dan kan een routeplanner via het internet geraadpleegd worden; deze zal de kortste weg berekenen, of de beste weg (uitsluitend via de autowegen bij voorbeeld); voorbeelden zijn: www.mappy.be, www.routeplanner.be, www.viamichelin.be , maps.google.be.

  - Bij een vliegreis dient er rekening gehouden te worden dat een zorgbehoevende persoon niet meer op de eerste rij mag plaats nemen, en evenmin vlak voor een nooduitgang.

  - Gaat de reis naar het **buitenland**? Vergeet niet om toestemming te vragen bij de medische adviseur van uw ziekenfonds. Vergeet evenmin niet om de reis- en bijstandsdocumenten van de mutualiteit mee te nemen, samen met het internationale noodnummer van de verzekeraar van de reisbijstand.

- De **bagage** dient met zorg samengesteld te worden, en tevens gecontroleerd te worden nog vóór het vertrek:
  - Zijn alle hulp- en verzorgingsmiddelen aanwezig? Kunnen zij meegenomen worden: zijn ze niet te groot of niet te zwaar, als men rekening houdt met de inhoud van de bagage en met het soort vervoermiddel waarmee men de reis zal ondernemen: het is, bij voorbeeld, geen sinecure om een elektrische rolstoel mee te nemen in een touringcar, en zeker al niet in een vliegtuig;

  - Op voorhand dienen de volgende elementen van het hulpmiddel gecontroleerd te worden: gewicht, afmetingen, plooibaar?

  - Is het hulpmiddel manipuleerbaar door één persoon, door twee of meer personen, of enkel op het vervoermiddel te plaatsen door een loopplank, door middel van een hydraulisch platform of door een kraan?

  - Is het mogelijk om wandelstokken, beugels of andere hulpmiddelen bij het voortbewegen, bij zich te houden tijdens de ganse duur van het traject? Kunnen ze meegenomen worden in de cabine, of dienen ze bewaard te worden in het bagageruim of in de reiskoffer?

  - Vergeet niet om alle hulpmiddelen te voorzien van een label met de identiteitsgegevens; is het hulpmiddel demonteerbaar, vergeet dan niet om alle losse onderdelen ook te voorzien van een label.

- De **reismedicatie** dient te worden geïnventariseerd; hetzelfde geldt voor de verzorgingsproducten: luiers, sondes, verband, …
  - Er dient ruim voldoende voorraad voorzien te worden voor de gehele reis plus voor minstens 48 uur voor onvoorzienbare omstandigheden;
  - De belangrijkste medicatie dient bij voorkeur in de handbagage te worden meegenomen; dit is medicatie waarvan het niet tijdig toedienen tot gemiddelde of zelfs ernstige lichamelijke of geestelijke problemen zal leiden bij de zorgbehoevende;

- Net vóór het vertrek mag een laatste **WC bezoek** niet vergeten worden!

We hopen, beste lezer, dat al de voorgaande opsommingen u niet hebben afgeschrikt. Ze zijn bedoeld om u bij te staan in uw keuze van een goede vakantiebestemming, zodat zowel de zorgbehoevende persoon als diens partner of begeleider zeker zijn van een deugddoende vakantie. Elke reis is hoe dan ook vermoeiend, dus als we eventuele bijkomende ongemakken kunnen vermijden, is dat mooi meegenomen.

In het **tweede deel** van dit artikel vindt u, op basis van enkele persoonlijke ervaringen, praktische tips voor een reis, een uitstap, een rondrit, een museumbezoek, een kort of lang verblijf. Deze tips tonen aan dat ook een zorgbehoevende persoon kan genieten van een uitstap of reis. We verwijzen ook naar het boek “Toerisme in België voor personen met een handicap”, verschenen bij uitgeverij Lannoo, boek nummer D/2002/8612/2, ISBN 9 5837 0380. Het is echter niet onze bedoeling om te citeren uit dit boek, we wensen niet meer dan enkele persoonlijke ervaringen te delen met anderen.

Nationale Plantentuin te Meise

- De nationale plantentuin is bereikbaar via de A12 (Brussel - Antwerpen, afrit 3); meer informatie is te vinden op www.br.fgov.be;

- Er is een parking voor mindervaliden vlak aan de ingang;

- De weg naar de ticketbalie is een aanfluiting: ze is enkel te bereiken via een kort baantje dat uitsluitend bestaat uit hele kleine kasseitjes die nogal hoog uit de grond steken;

- De toegangsweg is eigenlijk een lange dreef, ongeveer vijfhonderd meter lang, auto's zijn er niet toegelaten; deze lange dreef is eveneens geplaveid met kasseien; de zijkant van deze dreef bestaat uit platte tegels, die net breed genoeg zijn voor een rolstoel; opgelet: elke 100 meter zijn er nogal diepe rioolputten, waar de wielen van een rolstoel kunnen in vastlopen;

- Op het einde van de toegangsdreef bereiken we effen, dus normaal berijdbare grond; vanaf dat punt is het domein vlot te bezoeken;

- Vanaf dan kan de bezoeker kiezen tussen:
  - Een vrije wandeling in het park;
  - Een bezoek aan het kasteel (waarvan de verdiepingen moeilijk toegankelijk zijn voor rolstoelgebruikers);
  - Een bezoek aan de serres: sommige serres worden volop gerenoveerd, en zijn daarom niet of eerder moeilijk toegankelijk; tussen de serres in zijn er vaak kleine maar steile niveauverschillen, waar een rolstoelgebruiker best de hulp van zijn begeleider dient in te roepen;
  - In de serres zijn de planten aangeduid met naam en met streek van oorsprong; er zijn vaak speciale tentoonstellingen met een parcours rond een bepaald thema;

- De winkel van de plantentuin, waar natuurboeken, kalenders, Dvd's en folders te koop zijn, is gemakkelijk toegankelijk;

- De cafetaria heeft geen echt toegankelijk terras, er is geen terrasuitbating, het betreft eerder een soort picknickplaats voor de schoolklassen.

- De weg naar de toiletten is goed aangeduid; de toiletten zijn toegankelijk via een weggetje achter de cafetaria; er zijn toiletten voor mindervaliden voorzien.

- De beloning voor al die inspanningen is dat men een paar uurtjes kan verpozen in een prachtig onderhouden park, dat deels bestaat uit een landschapspark met tuinen en vijvers, en deels uit bosgebied, met ganzen, eenden en andere watervogels in en rond de vijvers; het kasteel in Engelse Tudorstijl is romantisch omzoomd door de grote vijvers; in de uitgebreide serres heeft men een enorme keuze aan planten, afkomstig uit alle continenten van de wereld.

Voor de liefhebbers: (1) het evenement WINGSANDWHEELS te Ursel (Oost-Vlaanderen)

- Wingsandwheels is een jaarlijks military evenement, dat doorgaat op het oud militair vliegveld van Ursel in Oost-Vlaanderen; Ursel ligt aan de N461, tussen Zomergem en Knesselare;

- Er zijn standjes met afgedankt militair materiaal, gespecialiseerde boeken, verzamelobjecten, rollend materiaal (in het bijzonder jeeps en vrachtwagens uit de tweede wereldoorlog, doch ook moderner materiaal, zoals Humvees van het Amerikaans leger), er worden enkele tanks en enkele vliegtuigen tentoon gesteld;
- Het evenement gaat door op de tweede zondag van augustus; meer informatie vind je op www.wingsandwheels.be;

- De laatste jaren is de nadruk verschoven van een vliegshow met luchtdopen en

tentoonstelling van vliegtuigen vanaf de jaren 1940 tot de meest moderne jagers, naar het naspelen van het leven in verschillende militaire kampementen uit verschillende tijdvakken; de deelnemers hieraan verkleden zich als militair personeel uit de betrokken tijd, en beelden de militaire discipline en gedragsregels uit; de nadruk ligt vooral op de periode van de Tweede Wereldoorlog (Geallieerden en Nazi-Duitsland); daarnaast zijn er ook kampen uit de Eerste Wereldoorlog, uit de Vietnamoorlog en uit Afghanistan en Irak;

- De toegankelijkheid is prima:
  - Er is een ruime gereserveerde parking voor mindervaliden vlak bij de hoofdingang; opgelet: vol is vol, dus tijdig komen is de boodschap; zoniet loopt men het risico om op geruime afstand van de hoofdingang te moeten parkeren;
  - Het terrein is, zoals gezegd, een oud militair vliegveld, dat nog gebruikt wordt door de vliegclub van Ursel, dus het hele terrein is uitermate vlak, de start- en landingsbanen zijn aangelegd in beton; alle evenementen zijn dus vlot bereikbaar;
  - De ingang is goed aangeduid vanaf de hoofdbaan van Gent naar Brugge, doch ligt zeker op een dergelijk kwartiertje rijden van de afslag; het terrein is dus prima te bereiken met de wagen, doch zeker niet met het openbaar vervoer;

- Het aantal toiletten op het terrein is aan de lage kant, zeker als men rekening houdt met het aantal bezoekers; er zijn weliswaar enkele tientallen chemische toiletten beschikbaar, waarvan enkele voorbehouden zijn voor rolstoelgebruikers.

Voor de liefhebbers: (2) het Canadamuseum te Adegem

- Adegem is een dorpje in Oost-Vlaanderen, gelegen op enkele kilometers van Ursel en van Eeklo. Als eerbetoon aan de Canadese troepen die in september 1944 de streek hebben bevrijd, werd een herinneringsmuseum opgericht, op basis van een privé-initiatief. Het betreft een zéér uitgebreide verzameling wapens, uniformen, telecommunicatiemateriaal, verpleegmateriaal en licht rollend materieel, zowel van de Geallieerden als van het Duitse leger, dat is opgesteld in overzichtelijke diorama's; de diorama's geven verschillende fases in de gevechtshandelingen weer: een commandopost, een veldversterking met een overzicht over de overstroomde gebieden, een verpleegpost, vervalste "Ausweise" (identiteitspapieren), rantsoeneringboekjes, de herwonnen rust na de bevrijding, …; het is duidelijk dat er jaren is gewerkt aan het verzamelen en aan het herstellen van het tentoon gestelde materiaal; website: www.canadamuseum.be;

- Tot daar het goede nieuws: het slechte nieuws is dat het museum eerder moeilijk toegankelijk is voor een rolstoelgebruiker:
  - De toegang geschiedt via een draaideur die wordt geactiveerd door een muntje in een gleuf te stoppen; uitsluitend op verzoek wordt een aparte toegangsdeur geopend waarlangs een rolstoelpatiënt kan binnenrijden;
  - De relatief smalle gangen zijn net breed genoeg voor één rolstoel; hoofdzakelijk kan men enkel voorwaarts of achterwaarts rijden, ronddraaien en terugkeren is zo goed als uitgesloten;

- Conclusie: dit museum is voor de echte liefhebber, die het bij voorkeur op individuele basis kan bezoeken, bij voorkeur op kalme momenten;

- We willen toch eindigen met goed nieuws: het museum maakt deel uit van een complex met feest- en danszaal en buitenterras; de zaal en het aansluitende terras zijn heel vlot toegankelijk, en het complex is uitgerust met ruime en aangepaste toiletten.

Uitstap naar Parijs, Frankrijk (informatie verkregen via Joëlle)

In de inleiding werd al vermeld dat alle hierna beschreven plaatsen vlot toegankelijk zijn voor rolstoelgebruikers. Waar nodig werd een bijkomende commentaar toegevoegd.

Montmartre - Place du Tertre

De meeste straatjes van het pittoreske Montmartre lopen steil omhoog, en de hele wijk is bezaaid met trappen. Dit betekent dat la Place du Tertre, het centrale plein van Montmartre, uitsluitend te bereiken is met een wagen. In de negentiende eeuw was Montmartre een pleisterplaats voor artiesten en schilders, en dit plein ademt de tijdsgeest hiervan nog uit. Jammer genoeg is la Place du Terte aangelegd met kasseien, wat het rijcomfort met een rolstoel flink doet achteruitgaan. De voetpaden op het plein zijn bezaaid met uithangborden voor de menu's van de verschillende restaurants die het plein omzoomen, en zijn dus niet vlot berijdbaar met een rolstoel.

Basilique Sacré-Coeur

Deze basiliek is één van de meest bekende en meest gefotografeerde kerken van Parijs. Ze is gebouwd in byzantijnse stijl, en werd gebouwd tussen 1875 en 1919. Via de Rue Lamarck en de Funiculaire komt men aan het plein voor de hoofdingang. De basiliek is vlot te bezoeken.

De Eiffeltoren

De Eiffeltoren is met zijn hoogte van 324 meter, één van de hoogste punten van Parijs. Deze toren van de architect Gustave Eiffel werd gebouwd voor de wereldten- toonstelling van Parijs van 1889. Het was de bedoeling hem na afloop van de tentoonstelling weer af te breken. Gelukkig is dit plan nooit doorgevoerd. Via de liften geraakt men tot op het platform op 150 meter hoogte. Er is nog een kleiner platform op 310 meter hoogte, doch het is niet aangeraden voor rolstoelpatiënten. Zelfs vanaf een hoogte van 150 meter is het uitzicht overweldigend. Wie van een nog hoger uitzicht wil genieten, raden we de Tour Montparnasse aan (zie verder).

Een romantische boottocht op de Seine

De bootjes op Seine zijn toegankelijk via de kaaien vlakbij de Eiffeltoren. Er zijn afritten voor de touringcars, die bruikbaar zijn voor rolstoelpatiënten. Deze afritten liggen echter een goede honderd meter achter de toegangstrappen tot de kaaien. Vanaf de kaai zijn alle grote boten vlot toegankelijk via stabiele loopbruggen.
Eenmaal deze hindernissen genomen zijn, wacht u een romantische boottocht over de Seine.

De Tour Montparnasse

De Tour Montparnasse is een zeer modern torengebouw, uitgerust met zeer snelle liften. Op de bovenste verdieping bevindt zich een panoramisch restaurant, genaamd 'Sous le ciel de Paris'. Bezoekers kunnen niet zonder reservatie de lift nemen naar boven. Reserveren kan best rechtstreeks via een reisagent.

Andere toegankelijk bezienswaardigheden

Parijs biedt, als grootstad, een enorme waaier aan mogelijkheden. We noemen er nog enkele op: het Louvre, de kathedraal "Notre Dame de Paris", de Militaire Academie, La Sainte-Chapelle, het Centre Pompidou, le musée d'Orsay. Om ze allemaal te beschrijven

zouden we het doel van dit artikel overstijgen. Het doel ervan is om u aan te tonen dat, mits een goede voorbereiding, een rolstoelgebruiker en diens begeleider samen, kunnen genieten van een deugddoende uitstap.

Rolstoelvriendelijk, een rekbaar begrip?

Tot slot willen wij enkele persoonlijke ervaringen met u delen, die aantonen dat zelfs de beste planning, samen met de goede wil van een hoteluitbater niet volstaan om een comfortabel verblijf te verzekeren.

Een hotel in de Duitse Moezelstreek stond op een website voor hotelreservaties geafficheerd als “rolstoelvriendelijk“. De uitbater bevestigde bij telefonisch contact dat zo goed als alle kamers bereikbaar waren met een lift, en dat er aan de ingang een helling was aangelegd.
Toen we aankwamen, raakten wij inderdaad de ietwat steile helling op, doch eenmaal binnen raakten wij eerst niet verder dan de receptie: de verdere toegang was versperd door twee trappen. Wat nu?

De vriendelijke receptionist toonde ons waar de mobiele metalen helling stond, en hoe die het best werd geplaatst. Vriendelijk, dat wel, maar klantvriendelijk? De mobiele helling mocht namelijk niet permanent blijven staan, want ze blokkeerde de toegang naar een opslagruimte.

Dit was nog niet alles: de lift bediende zoals gezegd, alle verdiepingen, maar ze was niet diep genoeg om er met een rolstoel in te kunnen manoeuvreren. De rolstoelgebruiker diende telkens op te staan, in de lift te stappen, waarna de rolstoel opgevouwen werd, en samen met de begeleider en de gebruiker in de lift diende te worden gewrongen.

Daarna werd een knap staaltje van gymnastiek met de armen en de romp gevergd van de begeleider, om snel (dit is: voordat het licht uitfloepte in de lift) de juiste knop voor de goede verdieping in te drukken.

Eenmaal op de goede verdieping aangekomen, diende het voorgaande “ritueel” in de omgekeerde volgorde afgewerkt te worden.
Zolang de begeleider zelf nog lenig en goed ter been is en de zorgbehoevende nog enige stappen kan zetten, kan dit met de nodige relativiteit opgenomen worden. In ons geval hebben we door dit voorval onze vakantie niet laten vergallen.

Een tweede ervaring dateert van onze IMSO groepsreis naar Dalaman in Turkije in 2009. In het hotel dat vlak naast het onze lag, vielen ons de ligweide en het zwembad meteen op: ze paalden vlak aan de strandboulevard, de ligweide was ontworpen als een landschapspark en het zwembad bezat een brede toegankelijke trap met een stevige balustrade! Geen wonder dat we besloten om ligweide en zwembad eens nader te bekijken.

Onze teleurstelling was dan ook groot, toen wij vaststelden dat de toegangsweg naar de trap eerder smal en kronkelend was, en tot overmaat van ramp, veel trappetjes bevatte die de niveauverschillen van het landschapspark overbrugden.
De trap was spijtig genoeg niet meer dan opsmuk, wie hem nodig had om het zwembad in te gaan kon hem eigenlijk niet gebruiken omdat de enige toegangsweg erheen te veel trappen bevatte…

Zo zie je maar, men kan niet voorzichtig en vooruitziend genoeg zijn bij het boeken van een vakantie.

Johan Jacobs

DIALOOG VERGADERINGEN

Dialoog vergadering van 18 november 2009.

Aanwezigen: Patrick De Meyer, Elke De Smet, Mau Vanden Eede, André Werelds, Dr Ketelaer, Mieke De Medts, Tina De Blay, Sandra Mertens, Tina Cosemans
Verontschuldigd: Leliveld Karin

1. Hoe de vertegenwoordiging van de Dialoog ten aanzien van de gehele populatie maximaliseren ?

   Er is de mogelijkheid om een algemene oproep te doen aan het onthaal en/of in het IMSO-boekje. Bedenkingen hieromtrent zijn dat kandidaten persoonlijk worden aangesproken. Dit geeft de kandidaat het gevoel dat men diens persoon kwaliteiten inziet, hetgeen een motivatie vormt om toe te treden en zich in te zetten voor de dialoog. Via de dienstvergadering van de psychologische dienst oproep worden naar geschikte kandidaten, die Tina Cosemans persoonlijk zal aanspreken.

   De samenwerking tussen de Nederlandstalige en Franstalige dialogen en de overkoepelende dialoog, gaat nieuw leven ingeblazen worden. Tina De Blay zal tevens zetelen in de Franstalige dialoog die bestaat uit 5 leden. De Nederlandstalige dialoog bestaat uit 6 personen. Tina Cosemans) zal gebriefd worden door haar collega's, op deze manier worden beide dialogen mee vertegenwoordigd op de overkoepelende dialoog.

   Sandra Mertens heeft haar intrede gedaan in de dialoog, we verwelkomen haar hartelijk!

2. Wat kan er beter op het gebied van inspraak ?

   Op het gebied van inspraak komen verschillende domeinen aan bod waar nog verbeteringen mogelijk zijn, nl. op volgende gebieden : de kinesistherapie, de revalidatieprogramma's en de communicatie met de revalidatie-arts, en 'overige'. Hieronder volgen de opmerkingen vanuit alle dialooggroepen.

Op vlak van de kinesitherapie

- De mogelijkheid tot inspraak mbt de keuze van de kinesist. Het feit dat er gewijzigd wordt van kinesist nadat patiënten een interne revalidatieperiode achter de rug hebben, en nadien extern komen revalideren ligt voor velen moeilijk. Men bouwt een relatie op met de kinesist, de kinesist leert de patiënt en zijn problematiek kennen, het is voor velen wenselijk dat ze nadien kunnen verder werken met deze kinesist. Het gevoel dat er een gebrek is aan continuïteit binnen de therapie wordt dan aangekaart.

Revalidatieprogramma en revalidatie-arts : opmerkingen dialoog

- Er wordt opgemerkt dat de dokters minder aanspreekbaar zijn in de kiné-zaal en in de gangen.
- Men is van oordeel dat er een te grote discrepantie is tussen het interne en externe systeem.

Andere dokters:

- De patiënten ondervinden dat het moeilijk is om voorschriften te verkrijgen, zij zijn van mening dat omwille van het feit dat ze minder mobiel zijn, het logisch is dat ze deze in het centrum kunnen verkrijgen. Ze vinden het niet logisch dat er wordt verondersteld dat ze telkens een consult bij de huisarts betalen omwille van de voorschriften. Zij zien wel het nut in het hebben van een huisdokter, maar wensen deze niet systematisch te consulteren wanneer het enkel over het verkrijgen van voorschriften gaat.

Dialoog vergadering van 06 januari 2010

Aanwezigen: Patrick De Meyer, Mau Vanden Eede, André Werelds, Tina De Blay, Sandra Mertens, Dr Ketelaer, Tina Cosemans
Verontschuldigd: Leliveld Karin, Elke De Smet, Mieke De Medts

- Het diensthoofd kinsitherapie was aanwezig was op de dialoog om op alle aandachtspunten even diep in te gaan.
- Kunnen de infosystemen niet beter benut worden om de communicatie te verbeteren ?
- We vinden het zinvol om Dr Ilsbroukx uit te nodigen om de aandachtspunten met betrekking tot de revalidatie -programma's en –artsen te bespreken. Dr. Ilsbroukx laat weten dat hij op de volgende vergadering aanwezig zal zijn.

Tina Cosemans
Dienst Psychologie

Nieuws van de 15de WING, Melsbroek.

De 15de Wing van Melsbroek organiseert op 29 mei 2010 haar jaarlijkse Indian day. Een uitstap naar Kessel-Lo wordt, met de medewerking van de 15de Wing, gepland op woensdag 5 mei 2010.
Voor meer nieuws gelieve contact op te nemen met voorzitter Christel Kempeneers.

PUZZELS EN SUDOKU Nr. 4

Puzzel :

We ontvingen 8 antwoorden, waarvan 4 foutieve.
Jozef Caers, Lieve Hillewaert , Myriam Sarens en Rita Verbeke gaven de correte antwoorden.
Jozef Caers gaat met onze bon van 30 € aan de haal. Proficiat.

Sudoku :

We kregen 7 correcte antwoorden.
Philippe De Coninck, Freddy Franckaert, Alfons Roosen, Myriam Saerens, Simonne Steels, Rita Verbeke en Arne Wijckmans gaven de correte antwoorden.

De winnares heet Simonne Steels. Gelukgewenst.

Bankrekeningnummers hebben geen enkele zin. Er worden immers geen geldprijzen uitgedeeld.

De Prêtre Orthopedie

---- PUB HENDRIKS

Feestkalender 2010

I.M.S.O. MELSBROEK

Vrijdag 02 april	**Bedeling Pasen - IMSO**
Zaterdag 24 april	**Kippenfestijn - Rotary**
Zondag 25 april	**Zwemmarathon Swimso – IMSO**
Zondag 09 mei	**Moederdag - IMSO**
Zaterdag 05 juni	**Koud Buffet Patiënten - I.M.S.O.**
Zondag 13 juni	**Vaderdag - I.M.S.O.**
Zondag 08 augustus	**Barbecue - I.M.S.O.**
Zaterdag 04 september	**Uitstap Patiënten - I.M.S.O.**
Zaterdag 09 oktober	**Mosselfeest - I.M.S.O.**
Donderdag 11 november	**Pannenkoekenbak (Kap. o/d Bos)**
Zaterdag 11 december	**Kerstfeest - Rotary**
Vrijdag 17 december	**Bedeling Kerstmis - I.M.S.O.**

DEZE KALENDER KAN NOG GEWIJZIGD WORDEN
Opgemaakt op 04 november 2009

----- PUB DRUKKERIJ 1/2

----- PUB ORTHOPEDIE

Ortec
orthopedie

- prothesen op maat
- orthesen op maat
- sportbandages
- steunzolen
- orthopedische schoenen op maat
- zitschalen
- rolstoelen
- loophulpen
- hulpmiddelen voor thuiszorg

Al onze producten op www.ortec-orthopedie.be

ORTEC NV
Interleuvenlaan 60
3001 Heverlee
Tel.: 016 40 60 50
Fax. 016 40 70 50
E-mail: info@ortec-orthopedie.be

Nieuwe puzzel Nederlands

ANTWOORD OP DE SUDOKU

N° 4

Uitslag van N° 4 wordt vermeld op pagina 23.

N° 1

U kan 30 € winnen indien U ons het juiste antwoord toestuurt voor **1 mei 2010.**
Indien meerdere deelnemers het juiste antwoord vinden zal een loting beslissen wie de 30 € zal winnen.
Stuur uw antwoord naar Christel Kempeneers, IMSO Vanheylenstraat 16,
1820 Melsbroek.

ANNIVERSAIRES - VERJAARDAGEN

April - Avril

DE SMEDT Hedwige (De	LEBBEKE
CALVO Jorge - Ruisanchez	EVERE
BOYLE David	LEEFDAAL
VAN SNICK Christiane	HALLE
GIJSBRECHTS Agnes	BEERZEL
VAN LANDEGHEM Debora	LINNERYD
DE JONGE Erna (De Gendt A.)	LIER
VANTILT René	BRUSSEL
MARCHAL Jan	HERNE
MUYLDERMANS Melania	WEERDE
MOONS Katleen	WILLEBROEK
HEIREWEGH Mevr. Monique	HAMME
OOMS Johan	MORTSEL
SIMOENS Etienne	VILVOORDE
DROOG Maria (Dockx)	ST-KATELIJNE-WAVER
DEWEERDT Marie-Josée	FORVILLE
VANOSMAEL Jimmy	STROMBEEK
BARTHELEMY Luc	MECHELEN
ZENGERS Marie-Paule	LANAKEN
DE WIT Mevr.Monique	LEBBEKE
DE SCHUYMER Rositta	DEINZE
ZAMMUTO Rosa	HOUDENG-GOEGN.
VANDENWIJNGAERDEN Josée	HALLE-BOOIENHOVEN
CALEMYN Huguette	SINT-AMANDSBERG
CUVELIER Marleen	ELENE
GIANCATERINI Gabriele	NOIRCHAIN
GOVAERTS M.J. (De Corte)	AFFLIGEM
DUINSLAEGER Mr. Rony	ST KRUIS
LIMPENS Jurgen	DENDERMONDE
PINKOWSKI Marie (Res. AL	ESCH-sur-ALZETTE
CAPRON M-Cl	QUEVAUCAMPS
CHEVALIER Bernard	OHEY
DE PAEPE Jean-Francois	JUMET (Charleroi)

Mei - Mai

DURMUS Mahmut	WOUWE-SAINT-
ENGLEBERT Edouard	ECHTERNACH
VANDERBEKEN Mr. Eric	KLUISBERGEN
CHAMPION Josiane	ARLON
VAN ORSMAEL Rita (De	KESSEL-LO
WARNANTS Francine	PONT-A-CELLES
VOET Hilde	HEIST-OP- DEN-BERG
VAN OVERSCHELDE Vera	DIKSMUIDE
ORIS Freddy	ANTWERPEN
DEBLOCK Ingri	GRIMBERGEN
PINTENS Ronny (Versweyveld)	WESTERLO
BONTINCK Christine (Rossyn	VOORDE
CULOT Danielle	JETTE
MASSE Fabienne	RHODE-ST-GENESE
BOBER Mevr. Petra	BRUSSEL
HUISMAN Ann (Vandebroek	LEUVEN
STERCKX Karel (Loris Cecile :	DROGENBOS
DE BRUYN Catharina	TERNAT
BOSMANS M-J (Vanclooster	OPOETEREN
POTTIER Mevr. Simonne	BERCHEM (Antw.)
DESMEDT Michel	ANDERLECHT
DE CUYPER L. (De Raede. P.)	LAEKEN
VAN GINDERDEUREN Roger	LIEDEKERKE
BOETS Chr. (Van Buynder K.)	BORGERHOUT
LEBRUN Brigitte	BRUXELLES
VAN DEN BRANDE Youri	LOKEREN
MERTENS Marc	ITEGEM
STEENHUYZEN Dirk	MECHELEN
RISPENS Mevr. Susanne	MECHELEN
CAMPHYN Mr. Daniel	HAINE ST. PAUL
PAULISSEN Hubert	TONGEREN
RONSMANS Marc	MECHELEN
VAN TRICHT Leo - GROSSEN	BORGERHOUT
GUNS Carine vzw Avalon	BUGGENHOUT-OPSTAL
DILLEN Magda (Deridder J.)	LIER
PIERARD R.	GENVAL
SAERENS Myriam	OPWIJK
GEENS Rachel (Neefs)	HERENTALS
LABROU Paraskevi	ANDERLECHT
VAN DER AUWERMEULEN El.	ROTSELAAR
DE KNOP Jeanette (Flies)	MERCHTEM
CALONNE Mevr. Christiane	ETTERBEEK
PALSTERMANS Julienne	MELSBROEK
BALDWIN Glenys (Lauwers	ANTWERPEN
VANDECAUTER Mr. Jean	BOUTERSEM

Juni – Juin 2010

BAELE Mr. Albert	ST P/ LEEUW
PASTEELS Willy (Feyaerts)	ZEMST
VERHAEGEN Jose	SCHERPENHEUVEL
GEERAERTS - VAN	WESTERLO
DE NIL Armand	ASSE
JANSSENS Mr. Jean Paul	WESPELAAR
FOCQUET Urbain	VLIERZELE
VERMEYLEN Patrick (Debaer)	HEMIKSEM
DE NARDI Mevr. Laura	CHATELINEAU
DASSET Jenny	ANTWERPEN
STOEFS Renee	JETTE
BEDUNEAU Michelle	JETTE
DE WAEGENEER Lionel	ROOSDAAL
VAN GOETHEM Johanna	ANTWERPEN
ARROYO ALMEIDA Bethsy	IXELLES
VETTERS Daniella	BOUWEL
HOTTAT Caroline	TIENEN
KLOECK Greta (Verbeeck L.)	PULDERBOS
VANLERBERGHE Freddy	DIEST
TAYMANS Josse (Onclin Luc)	HULDENBERG
AELGOET I. - VAN LOOCKE	GAVERE-ASPER
KINDERMANS Marie	ANTWERPEN
DE SWAEF Annie	BOORTMEERBEEK
NATEN Pierre (Venstermans	AVERBODE
VAN DERPLAS Greta	MOORSEL
DE BELDER Eddy	SCHERPENHEUVEL
DE SMET Elke	Rumst

Indien uw naam als IMSO-lid niet vermeld wordt op de maand van uw verjaardag, gelieve dan aan Christel Kempeneers uw adres en geboortedatum mede te delen.

Si votre nom comme membre de l'IMSO ne figure pas sur la liste des anniversaires vous êtes invité a communiquer votre date d'anniversaire et adresse à Christel Kempeneers.

SWIMSO 2010

UNE BONNE CHOSE

Madame, Monsieur,

L' I.M.S.O. (International Multiple Sclerosis Organisation) vous invite à participer au marathon de natation
l**e dimanche 25 avril 2010,** de 9 à 20 heures à la piscine de Hofstade, **HOSTADE HEIDE**
Cet évènement est organisé en collaboration avec le Lions Club de Louvain, Erasmus.

Nous voudrions égaler et même dépasser la recette de l'année passée .Ceci n'est possible que grâce à votre soutien, votre participation et votre sympathie.

Formez une équipe, donnez-lui un nom, désignez un capitaine et réservez une plage horaire pendant laquelle vous désirez nager. Remplissez ensuite le formulaire d'inscription ci-joint.

Vous disposez de 55 minutes pour nager un maximum de longueurs.
Vous aurez auparavant veillé à vous faire sponsoriser à la longueur (un certain montant x le nombre total de longueurs nagées par votre équipe), ou par somme fixe.
Au plus vous nagez des longueurs, au plus votre équipe récoltera de l'argent.

Veuillez remettre à l'organisation tous les documents par e-mail ou avant le départ de votre équipe. Après votre participation, il vous sera communiqué le montant total récolté par votre équipe.
Veuillez, dès que possible, verser le montant des sommes reçues sur notre compte bancaire n° **310-0453400-11 de l'I.M.S.O.** avec la mention : SWIMSO 2010 + le nom de l'équipe.

Une attestation fiscale sera délivrée pour tout montant égal ou supérieur à 30 €.
Les sponsors désirant une attestation fiscale sont priés d indiquer leur adresse complète.
Les non-sportifs sont aussi les bienvenus et peuvent également nous aider en versant de l'argent sur notre compte bancaire n° : **310-0453400-11** avec la mention : **SWIMSO 2010.**

Nous vous remercions au nom des patients du Centre de la Sclérose en Plaques de Melsbroek pour votre soutien et votre sympathie. Si vous désirez d'autres documents ou plus d'information, n'hésitez pas à me contacter Gsm : 0477 / 20 91 19 E-mail : mailto:dedonder.luc@gmail.com. Nous vous souhaitons un marathon de natation performant et espérons vous accueillir très nombreux le 25 avril prochain!!!

De Donder Luc, Coordinateur.

Réunions du groupe Dialogue

Réunion du groupe dialogue du 18 novembre 2009.

Présents : Patrick De Meyer, Elke De Smet, Mau Vanden Eede, André Werelds, Dr Ketelaer, Mieke De Medts, Tina De Blay, Sandra Mertens, Tina Cosemans

Excusée : Leliveld Karin

Point 1 – Comment porter à son maximum la représentation du groupe dialogue par rapport à la population totale ?

Il est possible de faire un appel à partir de l'accueil et/ou dans la revue de l'IMSO. Les remarques à ce sujet sont que les candidats sont appelés personnellement. Cela donne au candidat le sentiment que l'on perçoit les qualités de sa personne, ce qui le motivera à entrer puis à s'engager dans le groupe dialogue. Évoquer les personnes qui pourraient convenir pour le groupe dialogue, lors de la réunion de service du service de psychologie. Tina Cosemans les contactera personnellement.

La collaboration entre les groupes dialogue francophones et néerlandophones, d'une part, et la réunion du groupe dialogue sommital, d'autre part, va insuffler une nouvelle vie. Tina De Blay siègera, aussi, dans le groupe dialogue francophone, qui comprend 5 membres. (Le groupe dialogue néerlandophone en compte 6). Tina Cosemans sera briefée par sa collègue, de sorte que les deux groupes (francophone et néerlandophone) seront représentés dans le groupe dialogue principal.

Sandra Mertens a fait son entrée dans le groupe dialogue. Nous lui souhaitons la bienvenue de tout cœur.

Point 2 – Qu'est-ce qui peut être amélioré au niveau de la communication ?

L'amélioration de la communication concerne plusieurs domaines.

Kinésithérapie : Remarques émises par le groupe dialogue principal

- La possibilité d'intervenir au sujet du choix du kinésithérapeute. Le fait que le patient change de kinésithérapeute lorsqu'il quitte l'hôpital après une période d'hospitalisation pour revenir en externe pose problème pour lui. Il construit une relation avec le kinésithérapeute, celui-ci connaît bien sa problématique ; beaucoup d'entre eux préfèreraient travailler avec le même kinésithérapeute.
  Ils ont le sentiment d'un manque de continuité dans la thérapie.

Les programmes de réadaptation et le médecin de réadaptation : remarques dans les groupes dialogue.

- Les patients souhaiteraient avoir des occasions plus faciles pour rencontrer les médecins, que ce soit dans la salle ou dans les couloirs. Il faut faire des démarches pour avoir un rendez-vous avec le médecin de réadaptation si l'on veut discuter de son programme.

- On est d'avis qu'il y a un grand hiatus entre le service externe et le service interne. Lors du retour en service externe, après une hospitalisation, ils ont le sentiment de se trouver dans l'incertitude. Les canaux de communication, en service externe, ne sont pas aussi clairs qu'en service interne : certains s'adressent à l'accueil, d'autres au planning, et certains s'adressent à nouveau au médecin de la réadaptation.

Autres médecins :

- Les patients souhaiteraient un accès plus facile aux consultations. Ils pensent qu'il serait plus logique, étant donné leurs difficultés de déplacement, qu'ils puissent les recevoir au centre.

- Ils ne trouvent pas logique qu'on attende d'eux qu'ils paient une consultation chez leur médecin traitant uniquement pour obtenir des ordonnances. Ils comprennent bien l'intérêt d'avoir un médecin traitant, mais souhaitent ne pas avoir à le consulter rien que pour avoir des prescriptions.

  Rédigé par Tina Cosemans.
  Traduit par Yvon Leroy.

Rapport de la réunion du groupe dialogue du 06 janvier 2010

Présents : Patrick De Meyer, Mau Vanden Eede, André Werelds, Tina De Blay, Sandra Mertens, Dr Ketelaer, Tina Cosemans
Excusées : Leliveld Karin ? Elke De Smet, Mieke De Medts

- Les dificultés soulevées lors de la réunion précédente ont été largement discuté avec le chef du service de kinésithérapie.
  Des améliorations sont en voie d'y être apportées.

- Il rencontrera également le groupe dialogue francophone ; nous attendons un peu de savoir ce qui y sera dit.

- Les systèmes d'information devraient advantage être mis mieux à profit. Dans notre monde technologique, il y a beaucoup d'informations et de possibilités disponibles, mais elles ne sont pas suffisamment consultées.

Nous trouvons très important que le docteur Ilsbrouck vienne à notre réunion pour parler des programmes de réadaptation et des médecins. Il a promis qu'il viendrait à la prochaine réunion.

Tina Cosemans, service de psychologie. Traduction : Yvon

Soignant et soigné : Peuvent-ils partir en voyage sans soucis ?

Mes remerciements vont à Joëlle, une patiente, tout comme mon épouse, qui a apporté toutes les informations concernant la visite de Paris. Elle a elle-même effectué le trajet – accompagnée – et m'a certifié que tous les endroits indiqués dans sa documentation étaient dans les faits facilement accessibles pour un patient en chaise roulante. C'est elle qui m'a donné l'idée d'écrire cet article.

Le travail que doit fournir le partenaire valide pour l'autre, moins valide, est très souvent sous-estimé. Les soins constants qu'il faut fournir font peser une charge intenable sur les épaules de l'aidant. Ce sont des épaules solides qui peuvent porter de lourdes charges, dit le proverbe. Oui, mais même les plus forts et les plus tenaces peuvent avoir des difficultés à tenir le coup s'ils ne peuvent se confier, ou au moins avoir un soutien moral. Le partenaire aidant court en général un grand risque de dépressions, de situation tendues, de frustrations. D'où l'importance pour l'aidant de pouvoir se détendre.

S'occuper d'un patient est encore plus compliqué dans le cas d'une maladie chronique, surtout si elle est évolutive. Et que dire si l'évolution en question est imprévisible. Le changement de visage de la maladie oblige à une adaptation constante, donc à déplacer constamment les balises pour pouvoir naviguer.

Ce qui précède signifie que, tant le soignant que le soigné, doivent avoir de grandes capacités d'adaptation, et donc que chaque préparation d'une sortie ou d'un voyage doit être faite méticuleusement. On ne peut négliger aucun élément du planning à établir si on veut éviter les désagréments et les fiascos.

Ce n'est que quand on est sûr que tous les éléments sont mis au point que l'on peut se détendre vraiment. Les sujets repris ci-dessous pourront vous aider dans la préparation d'une excursion.

Cet article est constitué de deux parties. La première partie établit quelques règles d'or concernant des points pratiques. La deuxième partie donne un court aperçu de quelques destinations de vacances ou d'excursions d'un jour. Pour conclure vous trouverez encore la relation de quelques expériences personnelles vécues qui vous fera la démonstration de la grande élasticité de la mention *accessible en chaise roulante*.

Première partie : points pratiques

Détermination du lieu de vacances

- Le type de vacance doit être convenu avant la destination.
  .Y va-t-on pour se reposer ?
  .Pour nager et prendre le soleil ? Compte-t-on faire des excursions ?
  .Vacances actives et visites ?

-
- Les besoins du patient ne doivent jamais être perdus de vue, quelle que soit l'activité que l'on planifie : y aura-t-il assez de périodes de repos ? Y aura-t-il de la rigueur pour les soins et pour l'administration des médicaments ?

- Est-ce que la destination de vacances elle-même convient pour les chaises roulantes ? Quelles parties sont-elles accessibles ? Quelles autres ne le sont-elles pas ? Est-ce que l'environnement immédiat est accessible ?

- Une bonne exploration - au préalable - est indispensable. Une reconnaissance sur place n'est pas toujours possible, il faut donc éplucher les brochures, guides et sites internet.

- Est-ce que le bâtiment de vacances convient pour les chaises roulantes ? Sur les sites internet des séjours, on indique si les lieux sont accessibles en chaise. Mais attention : les informations sont données, mais il n'y a pas toujours de contrôle par un organisme extérieur indépendant. Elles ne sont donc pas toujours objectives à cent pour cent.

- Est-ce que la chambre à coucher est au rez-de-chaussée ou à l'étage ? Y a-t-il dans ce dernier cas un ascenseur ? L'ascenseur est-il accessible pour une chaise roulante ? Y a-t-il un ou plusieurs ascenseurs ?

- Est-ce que la salle de bains a une baignoire ou une douche ? Si c'est une douche, est-elle de plain-pied ou y a-t-il un rebord ?

- La salle à manger est-elle à niveau ou y a-t-il des différences de niveau ? Le pourtour du bassin de natation est-il facilement accessible ? Y a-t-il des différences de niveau ou non ? Passe-t-on facilement d'un niveau à l'autre ? Par des rampes ou par des escaliers ?

- Le bassin est-il accessible par rampe ou escalier ? Souvent, il n'y a pas d'autre choix que de le contrôler sur les photos des guides ou des sites internet. Si on veut être sûr à cent pour cent, mieux vaut s'adresser directement à la direction.

- Il est intéressant de pouvoir disposer des renseignements de quelqu'un qui a fait le même séjour. **Il existe des sites où les usagers d'hôtels ou autres séjours partagent leur expérience avec les autres.** Il faut chercher sous le terme de recherche (en néerlandais) *Reisverlagen* quelques sites comme www.zoover.be ; également sur la REVA-beurs dans Flanders Expo à Gent où l'on peut trouver des informations au sujet des séjours adaptés.

Planning du trajet du voyage ou de l'excursion

- S'agit-il d'un voyage en voiture ou en car ? Combien d'arrêts sanitaires sont-ils prévus ? Combien de pauses ?

- Si le voyage se fait par la route, alors on peut trouver un itinéraire sur internet qui indiquera le trajet le plus court ou le meilleur (mais en évitant les autoroutes, si on le souhaite) ; sur www.mappy.be, www.routeplanner.be, www.viamichelin.be, maps.google.be,

- Pour un voyage en avion il faut tenir compte que l'accompagnant ne peut plus se trouver à la première rangée, et encore moins devant une sortie de secours.

Voyage à l'étranger ?

N'oubliez pas de demander l'autorisation auprès du médecin-conseil de votre mutuelle. De même n'oubliez pas de prendre les documents d'assistance voyage de la mutuelle et les formulaires pour sortie du pays, ainsi que le numéro international de secours de l'assurance assistance voyage.

Les bagages doivent être répertoriés avec soins et aussi contrôlés avant le départ :

- Est-ce que les aides matérielles et les médicaments sont là ? Peuvent-ils être emportés ? Ne sont-ils pas trop grands ou trop lourds, si on tient compte de la nature du bagage et du moyen de transport utilisé. Ce n'est pas facile de mettre une chaise roulante électrique dans un car et encore moins dans un avion.

- À l'avance, il faut contrôler les éléments suivants : poids, mensurations, possibilité de plier ?
- Possibilité de manœuvre du matériel par une seule personne ? Faut-il deux, trois personnes ? Ou bien y a-t-il une rampe, un lift, une plate-forme hydraulique ?
- Peut-on, pendant la totalité du trajet, garder près de soi attelles, cannes, cadre de marche ? Peuvent-ils être près de soi dans l'habitacle ou doivent-ils rester dans l'espace bagage.
- Bien mettre des étiquettes avec son identité sur tout. Si la pièce est démontable, mettre son identité sur chaque partie.

La médication pour le voyage doit être inventoriée, ainsi que les produits de soins : langes, sondes, pansements,…

- Il faut prévoir du matériel en suffisance pour tout le voyage, plus quarante huit heures à cause des imprévus.
- La médication la plus importante doit être dans le bagage à main. C'est une médication dont l'administration tardive peut entraîner des dommages physiques ou psychologiques importants ou même graves chez la personne malade.
  Juste avant le départ, ne pas oublier la **visite aux toilettes**.

<u>Deuxième partie de cet article</u>.

Ici, vous allez trouver, fondés sur quelques expériences personnelles, des tuyaux pratiques pour un voyage, une excursion, un circuit, une visite de musée, un court ou

un long séjour. Ces tuyaux vont vous montrer que même quelqu'un demandant des soins peut bénéficier d'un voyage.

Nous renvoyons aussi au livre *Toerisme in België voor personen met en handicap* (NDLR : Je ne sais pas si ce livre est traduit en français) paru aux éditions Lanoo, livre n° D/2002/8612/2, ISBN 9 5837 0380. Il n'entre pas dans nos intentions de nous contenter de citer ce livre, mais plutôt de partager avec d'autres quelques expériences personnelles.

Le jardin des plantes de Meise

- Ce jardin est accessible par la A 12 (Bruxelles Anvers, sortie 3) On peut trouver plus d'information sur le site www.br.fgov.be.

- Il y a un parking pour moins valides juste devant l'entrée. Le chemin qui mène au guichet d'entrée est une vraie plaisanterie : on ne peut l'atteindre que par un passage impossible en mauvais pavés.

- Le chemin d'entrée est en fait une longue drève d'à peu près cinq cents mètres et les voitures n'y sont pas admises, elle est en pavés et les accotements sont en dalles plates permettant tout juste le passage d'une chaise roulante ; et ce n'est pas tout, tous les cent mètres il y a un caniveau profond où les roues de chaises roulantes peuvent rester coincées dans la grille.

- À la fin de cette allée, on arrive sur du plat, sur du sol carrossable pour une chaise. À partir de là, le domaine est facilement accessible.

- À ce point, un choix est proposé entre :
    - une promenade libre dans le parc
    - une visite à un château (dont les étages sont difficilement accessibles pour une chaise roulante)
    - une visite de serres : dont certaines sont en rénovation complète et sont pour ce motif inaccessibles ou difficilement accessibles. Entre les serres, il y a souvent des différences de niveau, courtes mais escarpées, pour lesquelles il vaut mieux que la personne en chaise demande l'aide de son accompagnateur.

- Dans les serres, les noms des plantes et leur origine sont indiqués. Il y a plusieurs lieux d'expositions spéciales, avec parcours autour d'un thème donné.

- Le magasin du jardin des plantes, où sont en vente livres sur la nature, calendriers, Dvd's, brochures, est facilement accessible.

- La cafeteria n'a pas de vraie terrasse, il n'y a pas d'aubette, il s'agit plutôt d'un coin pique-nique pour les écoles.

- Le chemin vers les toilettes n'est pas indiqué. Elles sont accessibles par un petit chemin derrière la cafeteria. Il y a des toilettes pour les moins valides.

- La récompense de tels efforts est que l'on peut se délasser pendant quelques heures dans un parc merveilleusement entretenu qui consiste en une partie couverte d'étangs et de jardin et d'autre part une partie boisée. Oies, canards et autres oiseaux aquatiques s'ébattent autour et dans les étangs. Le château est du style anglais Tudor et bordé de grands étangs romantiques. Dans les serres immenses il y a une énorme variété de plantes, en provenance du monde entier.

Pour les amateurs : (1) la manifestation WINGSANDWEELS à Ursel (Flandre Orientale)

- Wingsandweels est un évènement militaire annuel qui a lieu dans l'ancien champ d'aviation militaire de Ursel, en Flandre orientale. Ursel est sur la N461, entre Zommergem et Knesselare.

- On y voit des stands montrant du matériel militaire déclassé, des objets de collections, du matériel roulant (des jeeps et des camions de la deuxième guerre mondiale, du matériel plus moderne aussi), quelques tanks, quelques avions.

- L'évènement a lieu le deuxième dimanche d'août. Pour plus d'informations : www.wingsandwheels.be
  Il y a quelques années, on mettait l'accent sur les meetings aériens avec baptême de l'air et l'exposition d'avions à partir de 1940 jusqu'aux chasseurs les plus modernes. Maintenant l'accent est mis sur des représentations de la vie militaire à plusieurs époques. Les acteurs revêtent les uniformes de l'époque en question et imitent la vie militaire et les règles alors de rigueur. L'accent est surtout placé sur la période de la deuxième guerre mondiale (Alliés et Nazis). Des camps de la première guerre mondiale sont également représentés, de la guerre du Vietnam ainsi que de la guerre en Afghanistan et en Irak.

- L'accessibilité est très bonne

- Il y a un grand parking réservé aux moins valides pile près de l'entrée principale. Attention quand même, il est parfois rempli. Il vaut donc mieux s'y prendre à temps pour éviter d'être garé loin de l'entrée.

- Ce terrain qui, comme déjà dit, est un ancien terrain militaire, est actuellement occupé par un club d'aviation de Ursel, dont la totalité du terrain est très plate et tout est donc facilement accessible.

- La route est bien indiquée à partir de la route principale de Gand vers Bruges. De là, il faut encore un quart d'heure environ. Le terrain est accessible en voiture, mais il n'y a pas de transport public.

- Le nombre de toilettes est insuffisant. Il faut cependant reconnaître qu'il y a quelques dizaines de toilettes chimiques dont quelques une sont réservées aux personnes en chaise.

Pour les amateurs : (2) Le musée du Canada à Adegem

- Adegem est un village de Flandre orientale situé à quelques kilomètres de Ursel et de Eeklo. En signe de reconnaissance pour les troupes canadiennes qui, en septembre 1944, ont libéré la région, un musée du souvenir a été érigé là par initiative privée. Il y a une importante collection d'armes, d'uniformes, de matériels de télécommunication, de soins, de véhicules, tant du côté allié qu'allemand. On peut voir en diorama les diverses phases des combats, un poste de commandement, des fortifications avec vue sur les zones inondées, un poste de secours, des faux papiers, des livrets de rationnement, la paix retrouvée après la libération, …. Il est clair qu'il a fallu des années dédiées à la recherche et au rassemblement du matériel exposé.
  Site : www.canadamuseum.be.

- Jusqu'ici, c'étaient les bons côtés. Le problème, c'est que le musée est difficile d'accès pour quelqu'un en chaise.

- L'entrée se fait par une porte tournante activée par une pièce de monnaie. L'entrée en chaise n'est possible qu'à la demande.

- Les couloirs sont tout juste assez larges pour une chaise. On ne peut donc qu'avancer ou reculer, ce qui est très embêtant car on ne peut pas faire demi-tour et revenir. (Note du traducteur : C'est comme pour les via ferrata dans les Alpes, on ne peut pas faire demi-tour ; et on n'en sort que par le haut).

Conclusion : Ce musée est pour les vrais mordus. Il est préférable de le visiter seul, de préférence à un moment calme.

- Nous voulons tout de même terminer sur une note optimiste : le musée fait partie d'un complexe avec salle de fête et salle de danse. L'accès aux deux est facile. Et le complexe est équipé de toilettes spacieuses et adaptées.

Excursion à Paris (Informations reçues de Joëlle)

En introduction : Tous les lieux décrits ci-dessous sont accessibles aisément en chaise. Des commentaires ont été ajoutés où nécessaire.

Montmartre - Place du Tertre

La plupart des petites rues du pittoresque Montmartre sont très pentues et tout le quartier est parsemé d'escaliers. La place du Tertre n'est possible qu'en voiture. Elle était le lieu de prédilection des artistes et des peintres, au dix-neuvième siècle. L'esprit

de ce temps y plane encore. Les pavés, hélas, font renoncer les gens en voiturette.

De plus, les trottoirs sont truffés d'enseignes reprenant les menus des restaurants ; donc, de nouveau, c'est difficile en chaise.

Basilique du Sacré-Cœur

Cette basilique est l'église la plus connue et photographiée de Paris. De style byzantin, elle fut construite entre 1875 et 1919. On y parvient par la rue Lamarck et le funiculaire qui mène à la place précédant l'entrée principale. La visite en est facile.

La tour Eiffel

Elle mesure 324 mètres de hauteur, c'est un des plus hauts points de Paris. Elle fut construite par l'architecte Gustave Eiffel pour l'exposition universelle de Paris, en 1889. L'intention était de la détruire après l'évènement. Heureusement, on ne l'a pas fait.
Au moyen d'ascenseurs, on atteint une plate-forme à 150 mètres au-dessus du sol ; puis une autre, plus petite, à 310 mètres, mais cette dernière n'est pas conseillée pour une personne en chaise. Par bonheur, à 150 mètres, la vue est déjà très dominante. Pour celui qui veut aller encore plus haut, nous conseillons la tour Montparnasse (voir ci-après).

Une excursion en bateau sur la Seine

Les bateaux sur la Seine sont abordables par des quais à proximité de la tour Eiffel. Il y a des descentes pour les cars de tourisme, utilisables par les gens en chaise. Elles sont cependant à une bonne centaine de mètres des escaliers d'accès aux quais. À partir du quai, les grands bateaux sont abordables par de faciles passerelles.
Une fois ces obstacles vaincus, la promenade romantique peut commencer.

La tour Montparnasse

C'est une tour très moderne, équipée d'ascenseurs ultra rapides, pourvue d'un restaurant panoramique à l'étage supérieur, appelé « Sous le ciel de Paris ». L'accès n'est possible qu'après réservation préalable. Il vaut mieux réserver par agence de voyage.

Autres curiosités accessibles dignes d'être vues

Paris, en tant que grande ville, offre un énorme éventail de possibilités : Le Louvre, la cathédrale Notre-Dame de Paris, l'Académie militaire, la Sainte-Chapelle, le centre Pompidou, le Musée d'Orsay. Les décrire toutes nous ferait sortir du cadre de cet article, qui n'avait pas d'autre but que de vous montrer qu'une bonne préparation rendait toutes ces bienfaisantes visites possibles.

La notion d'accessibilité en chaise roulante est-elle une notion vague ?

Pour conclure, nous souhaiterions partager avec vous quelques expériences personnelles qui montrent que même le meilleur planning, même associé à la bonne volonté d'un hôtelier, ne suffit pas pour être certain d'avoir un séjour confortable.
Un hôtel dans la région de la Moselle était renseigné comme accessible en chaise roulante, sur un site internet. Par téléphone, le gérant avait assuré que pratiquement toutes les chambres étaient accessibles par un ascenseur, et qu'à l'entrée de l'hôtel il y avait une pente pour chaise roulante.

Nous arrivons et tombons nez à nez avec ladite pente ; très raide. Arrivés avec croix et bannière dans le local de réception, impossible d'aller plus loin car l'entrée était barrée par deux marches d'escalier. Et maintenant ? L'aimable réceptionniste nous montra ou se trouvait la rampe métallique mobile et comment il fallait la placer. Aimable, d'accord, mais pas pour le client, car cette rampe devait être retirée à chaque passage parce qu'elle gênait l'accès à un local de rangement.

Ce n'était pas tout : s'il était vrai que l'ascenseur desservait tous les étages, il était trop petit pour y manœuvrer une chaise roulante. Le patient devait par conséquent se lever, il fallait ensuite plier la chaise et ensuite patient et accompagnateur devaient aller ensemble dans le lift en se serrant. Après, il fallait que l'accompagnateur fasse appel à ses ressources sportives pour atteindre le bouton de l'étage, ceci avant que la lumière ne s'éteigne.

Bien entendu, le même rituel devait se répéter à l'envers pour la sortie à l'étage. Tant que la personne en chaise peut encore faire quelques pas et que l'accompagnateur est en forme, cela peut encore aller. C'était notre cas, heureusement, et nous n'avons pas dû renoncer à nos vacances.

Un deuxième cas malheureux s'est produit lors de nos vacances à Dalaman, en Turquie, en 2009. Dans l'hôtel juste à côté du nôtre, la pelouse et la piscine nous ont immédiatement interpellés : elles étaient limitrophes du boulevard de la plage. La pelouse était tracée comme un grand parc et le bassin possédait un large escalier d'accès avec une solide balustrade ! Nous avions décidé d'aller y voir de plus près.

Grande fut notre déception de constater que le chemin d'accès à l'escalier était plutôt étroit et tortueux et, comble du désastre, comportaient beaucoup de marche pour rattraper la différence de niveau avec la pelouse.
Cet escalier n'était hélas que purement décoratif. C'était le seul chemin pour aller à la piscine et il était inutilisable.
Ainsi, vous voyez, avant d'aller en vacances, mieux vaut être prévoyant.

Johan Jacobs (Traduction : Yvon)

Calendrier 2010

Vendredi 02 avril	**Fête de Paques – IMSO**
Samedi 24 avril	**Kippenfestijn – Rotary**
Dimanche 25 avril	**Swimmarathon - IMSO**
Dimanche 09 mei	**Fête des Mères - IMSO**
Samedi 05 juin	**Buffet Froid Patients - I.M.S.O.**
Dimanche 13 juin	**Fête des Pères - I.M.S.O.**
Dimanche 08 août	**Barbecue - I.M.S.O.**
Samedi 04 septembre	**Excursion Patients - I.M.S.O.**
Samedi 09 octobre	**Fête aux moules - I.M.S.O.**
Jeudi 11 novembre	**Journée des crêpes (Kap. o/d Bos)**
Samedi 11 décembre	**Fête de Noël - Rotary**
Vendredi 17 décembre	**Noël - I.M.S.O.**

Ce calendrier a été redigé le 01.01.10 et peut encore être modifié par la suite

SUDOKU

N° 4

Six bonnes réponses nous sont parvenues.
Madame Sculier a gagné la récompense de 30 €.

N° 1

Vous pouvez gagner 30 € en nous envoyant la réponse exacte avant le 01 mai 2010. Si plusieurs participants donnent la bonne réponse, le tirage au sort déterminera le gagnant.

Envoyez votre réponse à Christel Kempeneers, IMSO Vanheylenstraat 16, 1820 Melsbroek.

PUZZLE Français

---- PUB HENDRIKS

----- PUB ORTHOPEDIE ½

Ortec
orthopédie

- prothèses sur mesure
- orthèses sur mesure
- corsets sièges
- voiturettes manuelles et électroniques
- tables de verticalisation
- aides de marche
- aides à la vie journalière
- bandages
- semelles
- chaussures orthopèdiques sur messure

Tous nos produits sur le site www.ortec-orthopedie.be

ORTEC SA
Interleuvenlaan 60
3001 Heverlee
Tél.: 016 40 60 50
Fax. 016 40 70 50
E-mail: info@ortec-orthopedie.be

Résultats du puzzle

Uitslag van puzzle

Résultat du Sudoku

Uitslag Sudoku

Résultat du sudoku N° 4

Les personnes suivantes nous ont adressé la bonne réponse : Madame Michèle Béduneau, Madame Marie Van Dam, Madame Lucette Sculier, Madame Deroo, Madame Arlette Gelin et Monsieur Lemaire Luc.

Madame Lucette Sculier habitant rue Joseph Lizon, 11 à 7950 Chièvres - Huissignies a gagné la récompense de 30 €.

Résultat puzzle français N° 4 :

Les personnes suivantes nous ont adressé la bonne réponse : Madame Béduneau Michèle, Madame Arlette Gelin, Monsieur Bruno Durenne et Mr. Luc Lemaire**.**

Monsieur Bruno Durenne habitant Strombeeksesreenweg, 106 à 1800 Vilvoorde a gagné la récompense de 30 €.

Redactieraad / Comité de rédaction : André Werelds, Yvon Leroy, Petra Bober, Francine Luyckfasseel, Dr. Ketelaer.

Redactieadres / Adresse du bureau de rédaction :
I.M.S.O. v.z.w.
VANHEYLENSTRAAT 16
1820 MELSBROEK
TEL. : 02/752.96.00

Patiënten / Patients	**:**	**€ 10**
Familie en vrienden **Familles et amis**	**:**	**€ 15**
Steunende leden / Membres de soutien	**:**	**€ 25**

Door storting op volgend rekeningnummer
Par versemenet au compte banquare suivant : 310-0452575-59
Op naam van IMSO/au nom d'IMSO

GRAAG VERMELDEN : RIJKSREGISTERNUMMER, BTW – NUMMER ou GEBOORTEDATUM
VEUILLEZ MENTIONNER VOTRE NUMERO DE REGISTRE NATIONAL, NUMERO TVA OU DATE DE NAISSANCE

OPMERKING: **GIFTEN VAN € 30 OF MEER** GEVEN RECHT OP FISCAAL ATTEST. LIDMAATSCHAPSGELD **DIENT EXTRA BETAALD TE WORDEN** EN GEEFT RECHT OP HET TIJDSCHRIFT. (vb.€ 40 = gift + € 10 lidmaatschap) (voor niet-patiënten € 30 + € 15= € 45)

ATTENTION : UNE ATTESTATION FISCALE SERA DELIVREE POUR LES DONS DE € 30 OU PLUS . (p.e. € 30 don+ € 10 = € 40 pour les patients/ € 30 don+ € 15 = € 45 pour les autres) LA COTISATION, À VERSER **EN SUPPLEMENT,** DONNE DROIT À L'ABONNEMENT À LA REVUE.

TARIEF RECLAME / TARIF PUBLICITAIRE :
1/2 BLZ./PAGE : € 125 PER NUMMER/PAR NUMERO OF € 750 PER JAAR/PAR AN
1/1 BLZ./PAGE : € 250 PER NUMMER/PAR NUMERO OF/OU € 1500 EURO PER JAAR/PAR AN.

VOOR ALLERLEI INLICHTINGEN IN VERBAND MET LIDMAATSCHAPSGELDEN, AANKONDIGINGEN, RECLAME : NEEM CONTACT OP MET ONZE REDACTIE.

POUR TOUS RENSEIGNEMENTS A PROPOS DES COTISATIONS, ANNONCES OU PUBLICITES, VEUILLEZ VOUS ADRESSER A NOTRE SECRETARIAT.