



# GUIDE DES AÎNÉS

DE LA VILLE  
DE CHARLEROI



**CHARLEROI**  
SERVICE  
DES AÎNÉS

## EDITO

Madame,  
Monsieur,  
Cher ami,  
Cher concitoyen,

Aujourd'hui vous tenez entre les mains un nouvel outil d'information réalisé par le Service des Aînés de la Ville de Charleroi.

Numéros d'urgence, services administratifs, informations sur la santé, la culture ou le sport, ce guide a été pensé et conçu pour vous.

Pour vous permettre de disposer en un coup d'œil des renseignements clés utiles au quotidien et vous tenir informés des services et activités proposés à Charleroi.

N'hésitez pas à en parler autour de vous et surtout, à le garder à portée de main en cas de besoin.

Facilitons-nous la vie !



Paul Magnette  
Bourgmestre



Philippe Van Cauwenberghe  
Président du CPAS en charge  
de la politique des Aînés

## SOMMAIRE

1. BLOC-NOTES .....	5
2. NUMÉROS UTILES .....	7
3. CONSEIL CONSULTATIF DES AÎNÉS (CCA) .....	8
4. CHARLEROI, VILLE AMIE DES AÎNÉS (VADA) .....	10
5. ADMINISTRATION COMMUNALE .....	11
- Administration .....	14
- Population et maisons citoyennes .....	14
- Service des Aînés et la Maison des Aînés .....	15
- Allô Seniors .....	19
6. LE CENTRE PUBLIC D'ACTION SOCIALE (CPAS) .....	20
- Les antennes sociales du CPAS de Charleroi .....	21
- Maisons de repos et de soins .....	22
- Aides et soins à domicile .....	22
- Adapter votre logement .....	23
- Aides familiales .....	24
- Soins infirmiers à domicile .....	24
- Repas à domicile .....	25
- Gardes à domicile .....	25
- Aides ménagères sociales .....	26
- Référent Alzheimer .....	26
- Alzheimer Café .....	27
- Santé mentale .....	27
- Bio – Télé – Vigilance .....	28
- Fonds social chauffage .....	29
7. SANTÉ .....	31
- Maisons de repos privées sur l'entité de Charleroi .....	31
- Hôpitaux / Cliniques .....	32
- Postes de garde de médecine générale .....	33
- DMG (Dossier Médical Global) .....	33
- Mutuelles .....	34
- Prêt et vente de matériel sanitaire .....	35
- Respect Seniors .....	36
- Conseil Consultatif de la Personne Handicapée (CCPH) .....	36
- Handicontact - ASBL "Nos Yeux dans la lumière" .....	37-38
- Fibromyalgie .....	38
- Diabète .....	39
- Parkinson .....	40
- Sclérose en plaques .....	43
- Au delà des tabous, la sexualité chez les aînés .....	44

<b>8. MOBILITÉ / TRANSPORTS</b> .....	45
- Service du TEC.....	45
- Service du TEC – Ligne City-bus.....	47
- Service de la SNCB.....	48
- ALTEO Mobilité- Transport en voiture sanitaire (médicalisé).....	50
<b>9. PENSION</b> .....	51
- Pension de retraite.....	51
- Où introduire sa demande de pension?.....	51
- Le paiement des pensions.....	52
- Pension de survie.....	52
- Pension de conjoint divorcé.....	53
- Pension de conjoint séparé.....	53
- GRAPA.....	54
- Médiation pour les pensions.....	54
<b>10. LOISIRS   CULTURE   VOLONTARIAT</b> .....	55
- Musées.....	55
- Cinémas.....	60
- Bibliothèques.....	61
- Détente.....	63
- Sports.....	68
- Plateforme solidaire de Charleroi.....	74
<b>11. SOUHAITS DE FIN DE VIE</b> .....	76
- Testament.....	76
- Donation.....	76
- Succession.....	76
- Décès du conjoint – démarches.....	77
- Don d'organes et don du corps à la science.....	77
- Euthanasie.....	78
- Soins palliatifs, accompagnement.....	78
<b>12. EN SÉCURITÉ CHEZ VOUS, QUELQUES CONSEILS</b> .....	79
- Service Prévention des délits.....	79

# 1. MON BLOC-NOTES ET MES DONNÉES PERSONNELLES

MES DONNÉES PERSONNELLES	
Mon numéro de téléphone fixe	
Mon numéro de GSM	
Mon adresse mail	
Mon adresse postale ..... ..... .....	
Mon numéro de registre national	
Mon numéro de carte d'identité	
Mon voisin	
Ma famille / Mes amis  1. .... 2. .... 3. .... 4. .... 5. .... 6. ....	..... ..... ..... ..... ..... .....

<b>MON BLOC-NOTES</b>		
	NOM	TÉLÉPHONE
Mon médecin		
Mon médecin spécialiste 1	.....	.....
Mon médecin spécialiste 2	.....	.....
Mon médecin spécialiste 3	.....	.....
Mon hôpital		
Ma pharmacie		
Ma mutuelle		
Mon boulanger		
Mon assureur		
Ma banque		
Mon garagiste		
Ma voiture /plaque immatriculation		
Mon fournisseur d'eau Contrat numéro :		
Mon fournisseur d'électricité Contrat numéro :		
Mon fournisseur GSM Contrat numéro :		
Divers		
1. ....	.....	.....
2. ....	.....	.....
3. ....	.....	.....
4. ....	.....	.....

## 2. NUMEROS UTILES

<b>NUMÉROS UTILES...</b>	
Médecins, Vétérinaires et Pharmacies de garde (soir et week-end)	<b>071/33 33 33</b> (les renseignements vous seront communiqués)
Urgences	<b>112</b>
Pompiers	<b>112</b>
Police	<b>101</b>
Antipoisons	<b>070/245 245</b>
Problèmes d'alcool? Alcooliques Anonymes	<b>071/32 46 68 – 078/15 25 56</b> (24h/24)
Card Stop (carte bancaire perdue ou volée)	<b>070/344 344</b>
Renseignements	<b>1307</b>
La poste	<b>02/201 23 45</b>
Service des eaux (SWDE)	<b>087/87 87 87</b>
Service ORES (panne d'électricité)	<b>078/78 78 00</b>
Télé-Accueil	<b>107</b>
Urgence sociale de Charleroi 7 jours sur 7 24h/24	<b>071/20 23 10 – Urgence: 071/32 12 12</b>
Urgence intempéries	<b>1722</b>



### BON À SAVOIR...

#### COMMENT RÉDUIRE LES RISQUES D'INCENDIE?

- Installez chez vous des détecteurs de fumée.
- Veillez à ce que les appareils électriques ne soient pas à proximité de l'eau.
- Ayez le réflexe d'éteindre complètement les appareils électriques lorsque vous ne les utilisez pas.
- Faites installer et vérifier vos installations de chauffage et d'électricité par un professionnel.
- Ne placez jamais de rallonges électriques sous les tapis, draps ou portes.
- N'oubliez pas d'éteindre des bougies sans surveillance.
- Ne fumez jamais au lit.
- Evitez de sécher votre linge sur les radiateurs.
- Nettoyez régulièrement les filtres de votre séchoir et de votre hotte.

### 3. CONSEIL CONSULTATIF DES AÎNÉS DE LA VILLE DE CHARLEROI (CCA)

**Contact :**

**VÉRONIQUE GYSELS** Secrétaire du CCA

Maison communale annexe

Place Kennedy, 1 – 6030 Marchienne-au-Pont

☎ : 071/86 58 28

Email : [veronique.gysels@charleroi.be](mailto:veronique.gysels@charleroi.be)

La principale mission du CCA est d'émettre des avis, de faire des propositions ou des recommandations sur toute question susceptible de promouvoir l'action de la commune en faveur des seniors.

De manière plus concrète, les différentes missions du CCA peuvent se décrire comme suit :

- > Fournir aux aînés l'occasion d'exprimer leurs opinions et préoccupations.
- > Sensibiliser les seniors sur les thèmes les concernant.
- > Favoriser la prise de conscience des aînés au rôle qui leur revient dans la commune en suscitant leur participation active.
- > Suggérer, favoriser et soutenir toute initiative qui contribue à la promotion et à la défense du bien-être moral, social, économique et culturel des aînés.

Les membres du CCA sont nommés par le Conseil communal pour une durée de six ans, sur proposition du Collège communal. Outre le Bourgmestre et le Président du CPAS, le CCA est composé d'une trentaine de membres issus du milieu associatif ou représentatifs des seniors (mutuelles, syndicats,...). Des réunions ont lieu au moins trois fois par an et chaque année, un rapport d'activités ainsi qu'une liste des priorités pour l'avenir sont établis.





NOM	FEDERATION
LAROCCA Rosario Membre du bureau	SOLIDARIS
SANPO Michel	Pensionnés et pré-pensionnés de la FGTB section de Charleroi et Sud Hainaut
CARPEAU Madeleine	ENEQ, Mouvement social des Aînés
TILMANT Lucien Membre du bureau	Pensionnés, pré-pensionnés et chômeurs âgés de la CSC
CURNEL Roger	Fédération des Aînés du Mouvement Réformateur
RENARD Denise Membre du bureau	ARC (Association des Retraités Communaux)
SPAGNUOLO Luigi	Pensionnés et pré-pensionnés du Syndicat Libéral
PIETON Ginette	USCS (Union Socialiste de Charleroi Aînés)
FAVAY Dominique	CPAS
JANSSENS Jean Membre du bureau	Mutualités libérales Hainaut-Namur

## SUPPLEANTS

NOM	FEDERATION
SLUPIANEK Marie	SOLIDARIS
OTTAVIANI Michel	Pensionnés et pré-pensionnés de la FGTB section de Charleroi et Sud-Hainaut
DERIDDER Jeannine	Fédération des Aînés du Mouvement Réformateur
DE CLERCK Marlène	ARC (Association des Retraités Communaux)
PONTILLO Cosimo	Pensionnés et pré-pensionnés du Syndicat Libéral
FREDERIC André	USCS (Union Socialiste de Charleroi Aînés)
STALENS Marie-France	CPAS
KNOOPS Etienne	Mutualités libérales Hainaut-Namur

## AUTRES= AGENTS TECHNIQUES

NOM	FEDERATION
DANTHINE Rudy, Momentanément remplacé par VANDEPUTTE Riet	SOLIDARIS
DUBUISSON Nathalie	MOC

## 4. CHARLEROI, VILLE AMIE DES AÎNÉS (VADA)

En 2016, Charleroi est officiellement entrée dans le réseau “**Ville Amie des Aînés**” et s’est ainsi engagée dans un processus d’amélioration constante de la qualité de vie de ses aînés. Grâce à ce réseau, Charleroi bénéficie d’une dynamique de mutualisation d’expériences, d’échanges d’informations, d’initiatives, souvent innovantes et originales.

L’Intérêt d’être une Ville Amie des Aînés ?

Partager ses expériences avec d’autres communes, échanger sur les savoir-faire et les bonnes pratiques, recevoir des informations sur les innovations et les partenariats, bref, être au cœur du dynamisme à construire ensemble les chances d’un vieillissement réussi.

La méthodologie, proposée par l’Organisation Mondiale de la Santé, permet d’élaborer un diagnostic de territoire autour de huit thématiques : habitat, bâtiments et espaces verts, transports et mobilité, participation citoyenne et emploi, autonomie, services.



*Beffroi de Charleroi*

## 5. ADMINISTRATION COMMUNALE



*Le Collège communal,  
une équipe à votre écoute!*

### VOS ÉLUS



**PAUL MAGNETTE, BOURGMESTRE**

Sécurité, Budget, Culture, Aménagement urbain, Nature en ville, Communication

☎ : 071/86 12 05



**JULIE PATTE, 1<sup>re</sup> ECHEVINE**

Enseignement et formation, Participation citoyenne et quartiers

☎ : 071/86 10 32



**ERIC GOFFART, 2<sup>e</sup> ECHEVIN**

Travaux publics, Entreprises et indépendants, Développement numérique.

☎ : 071/86 10 81



**XAVIER DESGAIN, 3<sup>e</sup> ECHEVIN**

Mobilité et Sécurité routière, Bâtiments et Energie, Emploi et Economie sociale, Transition écologique.

☎ : 071/86 10 03



**FRANÇOISE DASPREMONT, 4<sup>e</sup> ECHEVINE**

Egalité des chances, Intégration, Santé, Famille, Personnes porteuses de handicap, Associations patriotiques, Bien-être animal, Protocole.

☎ : 071/86 10 20



**MAHMUT DOGRU, 5<sup>e</sup> ECHEVIN**

Propreté publique, Etat civil/Population, Marchés, Cimetières.

☎ : 071/86 61 32



**BABETTE JANDRAIN, 6<sup>e</sup> ECHEVINE**

Commerce et Artisanat, Fêtes, Folklore.

☎ : 071/ 86 22 31



**KARIM CHAÏBAÏ, 7<sup>e</sup> ECHEVIN**

Sport, Infrastructures sportives, Jeunesse.

☎ : 071/86 22 16



**THOMAS PARMENTIER, 8<sup>e</sup> ECHEVIN**

Finances, Accueil de la Petite Enfance, Tourisme, Patrimoine.

☎ : 071/86 58 36



**LAURENCE LECLERCQ, 9<sup>e</sup> ECHEVINE**

Logement, Urbanisme, Relations internationales

☎ : 071/86 73 02



**PHILIPPE VAN CAUWENBERGHE**

Président du CPAS et en charge de la politique des Aînés

☎ : 071/23 31 51

## ADMINISTRATION, ETAT-CIVIL & POPULATION

Toutes les démarches sont accessibles depuis le site internet de la Ville de Charleroi  
**www.charleroi.be**

Néanmoins, si vous souhaitez nous contacter par téléphone, nous vous invitons à utiliser les renseignements fournis sur la page "Annuaire"  
ou au numéro central: ☎ **071/86 00 00**.

## POPULATION ET MAISONS CITOYENNES

Dans les maisons citoyennes se trouvent les services Population qui gèrent les changements de domicile, permis de conduire, titres d'identité et de séjours, extraits de casier judiciaire, ...

### **HORAIRES DES MAISONS CITOYENNES**

<b>LUNDI VENDREDI ET MERCREDI</b>	08:00 – 12:00 et 13:00 – 16:30
<b>MARDI</b>	08:00 – 12:00 et 13:00 – 18:30
<b>JEUDI</b>	08:00 – 12:00
<b>SAMEDI</b> (UNIQUEMENT à la Maison citoyenne de Marcinelle)	08:00 – 12:00

### **CHARLEROI**

Place Charles II, 14-15 – 6000 Charleroi

☎ : 071/86 12 45

### **GILLY** Maison communale annexe

Place J. Destrée – 6060 Gilly

☎ : 071/86 40 10 – 071/86 39 02

### **GOSELIES** Centre Civique

Rue Junius Massau, 4 – 6041 Gosselies

☎ : 071/86 88 54 – 071/86 88 51

### **MARCHIENNE-AU-PONT** Maison communale annexe

Place Kennedy, 1– 6030 Marchienne-au-Pont

☎ : 071/86 55 78

### **MARCINELLE** Maison communale annexe

Avenue Mascaux, 100 – 6001 Marcinelle

☎ : 071/86 61 66 – 071/86 61 75



*Service Population Charleroi*

## ÉTAT CIVIL

### LES DÉMARCHES POSSIBLES

- > Déclaration de naissance, reconnaissance et attribution du nom de famille d'un enfant.
- > Nationalités.
- > Mariages – Cohabitations légales.
- > Changement de nom et prénom.
- > Droit International Privé.
- > Modification de l'enregistrement du sexe.
- > Certificat d'identité étranger.
- > Décès et formalités.

### E-GUICHET



#### BON À SAVOIR...

#### DE NOMBREUSES DÉMARCHES SONT ACCESSIBLES EN LIGNE.

L'E-guichet est là pour vous simplifier la vie ! En plus, tous les documents sont totalement gratuits!

#### ACCÈS À E-GUICHET :

Pour vous connecter à E-guichet, n'oubliez pas de vous munir d'un lecteur de carte d'identité et de votre carte d'identité + votre code PIN.

Vous avez oublié votre code PIN? Commandez un nouveau code sur SPF Intérieur

Les nouveaux codes sont envoyés à la commune dans laquelle le demandeur est inscrit, dans les trois semaines.

Attention: si vous devez vous rendre dans un bureau pour une autre démarche que le retrait d'un document commandé via le E-guichet, n'oubliez pas de consulter les horaires d'ouverture des différents services dans l'onglet "Annuaire".

## SERVICE DES AÎNÉS ET MAISON DES AÎNÉS

### MAISON COMMUNALE ANNEXE

Place Kennedy, 1

6030 Marchienne-au-Pont

**☎ : 071/86 56 07**

Pour les Voyages, Excursions, spectacles

**☎ : 071/86 56 02**

Email : [loisirs.seniors@charleroi.be](mailto:loisirs.seniors@charleroi.be)



*Equipe du Service des Aînés*

## LES CENTRES D'ANIMATION

**La Ville de Charleroi dispose de 27 centres pour aînés et propose plus de 150 activités par semaine à destination de ses seniors. Leur taux de fréquentation est de plus de 2400 entrées par semaine.**

En effet, depuis plus de 30 ans déjà, le Service des Aînés organise des activités de loisirs à destination des personnes retraitées de Charleroi. Au fil du temps, une impressionnante palette de propositions s'est développée, embrassant divers domaines, du ludique à l'éducatif en passant par l'artistique.

Plus de 27 locaux répartis sur le territoire du grand Charleroi sont dédiés à la pratique de ces loisirs. Aussi, il est aisé d'en fréquenter un ou plusieurs à proximité de son domicile.

Outre ces possibilités, une équipe dynamique de ce service propose des dîners, des thés dansants, des expositions, mais aussi des excursions, voyages, spectacles et manifestations intergénérationnelles comme "la semaine de l'Intergénérationnel».

Par ailleurs, chaque année, en octobre, la Ville de Charleroi, le CPAS et la Province de Hainaut s'associent et organisent le "Salon Charleroi Hainaut Seniors": le rendez-vous des Seniors dynamiques! Cet événement réunit en un même lieu tous les acteurs qui agissent pour leur mieux vivre, que ce soit en termes de loisirs, de sport, de beauté, de culture, de santé et de bien-être.

La Ville de Charleroi a également développé des liens avec des acteurs locaux, permettant d'accéder à des séances de cinéma ou théâtre à prix légers, ou encore de bénéficier de séances de bowling "spéciales seniors".

## QUELQUES EXEMPLES D'ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- > Activités pédagogiques et techniques : cours de langues, informatique, vidéo, photographie,...
- > Activités ludiques : jeux de cartes, d'échecs, scrabble, ...
- > Activités sportives et bien-être : sophrologie, pétanque, bowling, marches, ...
- > Activités artistiques : peinture, photographie, danse, chorales, music-hall, poésie, ...
- > Activités artisanales : couture, bricolage, scrapbooking, patchwork, tiffany, ...

**Divers : œnologie, ateliers cuisine et pâtisserie, généalogie, atelier mémoire...**

## UN MAGAZINE MENSUEL ET GRATUIT «LE CHARLEROI SENIORS»

Cette publication, éditée en 10.000 exemplaires et envoyée par courrier aux seniors qui en font la demande, permet de se tenir informé sur l'actualité sociale, les activités,... Elle offre également des articles de réflexion sur des sujets qui touchent directement nos aînés.

Pour l'obtenir?

Service des Aînés ☎ : 071/86 56 07





La Maison des Aînés

## LA MAISON DES AÎNÉS

### LA MAISON DES AÎNÉS

Rue Montal, 6 – 6000 Charleroi

☎ : 071/36 30 05 – 0479/86 85 35

Email : clara.trasente@charleroi.be *(Coordinatrice)*

Site internet : [www.charleroi.be/seniors](http://www.charleroi.be/seniors)

### Horaires d'ouverture :

Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h à 16h

Le mercredi uniquement de 9h à 12h (fermé l'après-midi)

### **La Maison des Aînés est accessible aux personnes à mobilité réduite**

Parking : Place du Manège (payant)

Lignes de bus : 18 – 41 – 50 – 154 – 710

Métros : M1/M2, M3, M4

**Bus en remplacement des métros après 20h :** M1ab/ M3ab/ M4ab

Les horaires peuvent être consultés sur [www.infotec.be](http://www.infotec.be)

La Maison des Aînés est un lieu d'échange et d'information pour accompagner et améliorer la vie quotidienne des personnes âgées du grand Charleroi.

### **Pour qui ?**

**Pour vous, retraités de tout âge, familles, professionnels impliqués dans les questions relatives au vieillissement.**

### Pour quoi faire ?

- Assurer un accueil et une écoute personnalisée grâce à une centralisation de l'information pour les seniors et leurs familles.
- Orienter sur tous les aspects de la vie quotidienne : activités, santé, accès aux droits, mobilité, loisirs, etc.
- Lutter contre l'isolement des personnes retraitées en favorisant le lien social.
- Répondre à toute demande émanant de personnes retraitées en difficultés financières, de logement, etc.
- Faciliter la coordination entre les services existants sur la Ville, qui apportent conseils et soutien aux seniors.

### A quel moment?

- Vous avez besoin d'aide pour des démarches administratives (pensions, allocations, successions, etc.).
- Vos parents sont de moins en moins autonomes et vous aimeriez les aider : aide-ménagère, livraison de repas, soins à domicile, télé assistance/orientation vers les services concernés.
- Vous êtes à la retraite depuis quelques mois et vous souhaitez vous investir de façon bénévole.
- En tant que bénévole ou professionnel, vous souhaitez développer un projet lié aux questions du vieillissement avec d'autres, ...

La Maison des Aînés, accessible aux personnes à mobilité réduite, **est également le lieu où les retraités désireux de s'impliquer dans le bénévolat peuvent être mis en contact avec les associations susceptibles d'utiliser leurs compétences et ainsi favoriser l'engagement des seniors dans la vie de la cité** (projet intergénérationnel, partage de connaissances, etc.).

Des activités mensuelles (groupe de parlotte, atelier écriture, initiation au smartphone, etc.) sont organisées et 2 ordinateurs sont mis à disposition pour effectuer des recherches.



*Animation "smartphone" à la Maison des Aînés*

## **ALLÔ SENIORS... 0800 /300 24**

### **Un appel pour rompre la solitude!**

*Réconforter, prévenir les situations de détresse et maintenir le lien social, tels sont les objectifs affirmés de cette nouvelle action.*

Dans le cadre de la crise sanitaire du coronavirus, la Ville de Charleroi, via son Service des Aînés, a mis sur pied un dispositif solidaire pour apporter de l'aide aux seniors les plus isolés et de ce fait les plus vulnérables.

#### **«ALLÔ SENIORS, COMMENT ALLEZ-VOUS AUJOURD'HUI?»**

Les personnes qui en font la demande seront inscrites sur un listing de contacts et seront appelées plusieurs fois par semaine par un agent du Service des Aînés pour vérifier qu'elles se portent bien.

En cas de besoin d'aide plus spécifique, l'agent pourra orienter la personne vers le service adéquat : le CPAS pour des aides et soins, des repas à domicile, la plateforme Charleroi Solidaire pour solliciter l'aide d'un bénévole pour faire des courses, aller à la pharmacie, ou encore sortir un animal de compagnie...

Bref, ce dispositif permettra d'apporter de la chaleur, du réconfort, du soutien moral aux personnes souffrant d'isolement et ainsi maintenir le lien social indispensable en cette période de confinement.

De plus, toute situation préoccupante pourra être signalée rapidement vers les services concernés.

«Allô Seniors» s'adresse prioritairement aux seniors peu autonomes et/ou en situation d'isolement mais pas seulement.

#### **LA SOLITUDE VOUS PÈSE? VOUS AVEZ BESOIN D'AIDE?**

Appelez gratuitement le 0800/ 300 24 pour vous inscrire ou inscrire toute personne âgée qui aurait besoin d'aide.

Cette plateforme téléphonique est installée à la Maison Communale annexe, Place Kennedy à Marchienne-au-Pont et l'équipe constituée d'agents spécialement formés à l'accueil téléphonique et au public senior, disponibles du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 12H30 à 16h30.

La mise en place de cette action simple, facile d'accès et gratuite répond à la volonté de la Ville de Charleroi de lutter de manière préventive contre l'isolement des personnes âgées, véritable enjeu de société!

**ALLÔ SENIORS**

**GARDONS LE CONTACT!**

**0800 /300 24**



## 6. LE CENTRE PUBLIC D’ACTION SOCIALE (CPAS)

Le CPAS coordonne l’action sociale de la Ville de Charleroi. Il est le principal moteur de solidarité sur le territoire carolo. Sa mission de base est de permettre à chacun d’être en mesure de mener une existence conforme à la dignité humaine.



*CPAS de Charleroi*

### SIÈGE CENTRAL

#### **CPAS DE CHARLEROI**

Boulevard Joseph II, 13 – 6000 Charleroi

**☎ : 071/23 30 23**

Site internet: [www.cpascharleroi.be](http://www.cpascharleroi.be)

Le Conseil de l’Action Sociale du CPAS de Charleroi est composé de 15 membres.

Le CPAS de Charleroi compte plus de 2500 agents.

Les missions du CPAS :

- 1.** Le CPAS prend toutes les initiatives nécessaires en vue d’informer le public sur les différentes formes d’aide qu’il octroie.
- 2.** Le CPAS effectue les démarches nécessaires pour faire valoir les droits des demandeurs. Par exemple: l’affiliation auprès d’une mutualité.
- 3.** Le CPAS assure une aide psycho-sociale, morale et éducative au travers d’une guidance qui permet à la personne de surmonter elle-même et progressivement les difficultés qu’elle rencontre. Par exemple: guider une famille confrontée à un problème de surendettement.
- 4.** Le CPAS accorde l’aide matérielle nécessaire sous la forme la plus adaptée. Le revenu d’intégration sociale est octroyé à tout belge ou personne étrangère inscrite au registre de population, ne disposant pas de ressources suffisantes et n’étant pas en mesure de se le procurer par ses efforts personnels ou par d’autres moyens.
- 5.** Le CPAS peut créer et gérer des établissements ou services à caractère social, curatif ou préventif. Exemple: repas et soins à domicile, maison de repos et de soins (MRS), etc.

6. Le CPAS exerce sa tutelle sur certains mineurs d'âge qui lui sont confiés.
7. Lorsqu'une personne doit justifier d'une période de travail ou obtenir le bénéfice complet à certaines allocations sociales comme celles du chômage, le CPAS prend toutes dispositions de nature à lui procurer un emploi. Parfois, il agit lui-même comme employeur pour la période visée.
8. Le CPAS doit effectuer toutes les tâches qui lui sont confiées par l'autorité communale en matière d'aide sociale. Il est le "bras social" de la Ville.

## LES ANTENNES SOCIALES DU CPAS DE CHARLEROI

Ouvertes tous les jours de 8h30 à 11h30 (sauf les jours indiqués ci-dessous).

### CHARLEROI

Boulevard Zoé Drion, 21 à 6000 Charleroi

☎ : 071/23 33 97

Fermé le mardi

### GOSSELIES

Rue de Namur, 37 à 6041 Gosselies

☎ : 071/25 37 70

Fermé le mardi

### COUILLET

Rue de Gilly, 249 à 6010 Couillet

☎ : 071/26 70 03

Fermé le mardi

### JUMET

Rue de Gosselies, 56A à 6040 Jumet

☎ : 071/35 28 98

Fermé le jeudi

### MONTIGNIES-SUR-SAMBRE

Rue du Poirier, 125 à 6061 Montignies-sur-Sambre

☎ : 071/32 60 52

Fermé le jeudi

### MARCHIENNE-AU-PONT

Route de Beaumont, 90

à 6030 Marchienne-au-Pont

☎ : 071/51 13 30

Fermé le jeudi

### DAMPREMY

Place Albert 1<sup>er</sup>, 41 à 6020 Dampremy

☎ : 071/23 98 30

Fermé le jeudi

### MARCHIENNE DOCHERIE

Rue Jean Ester, 169

à 6030 Marchienne-au-Pont

☎ : 071/31 47 38

Fermé le jeudi

### LODELINSART

Chaussée de Bruxelles, 135 à 6042 Lodelinsart

☎ : 071/53 28 00

Fermé le mardi

### MARCINELLE

Avenue Eugène Mascaux, 11 à 6001 Marcinelle

☎ : 071/60 61 20

Fermé le jeudi

### GILLY

Impasse Major, 4 à 6060 Gilly

☎ : 071/28 01 60

Fermé le jeudi

### MONCEAU-SUR-SAMBRE

Rue Julien Durant, 103

à 6031 Monceau-sur-Sambre

☎ : 071/31 17 50

Fermé le mardi

## MAISONS DE REPOS ET DE SOINS

### CONTACT “DIRECTION DES MR ET MRS”

Boulevard Joseph II, 13 – 6000 Charleroi

☎ : 071/23 33 50

Le CPAS de Charleroi est un acteur important en matière d’accueil et d’hébergement des aînés. Il gère le réseau de :

- > 1013 lits dont 621 lits de soins.
- > 5 centres d’accueil de jour (75 places).
- > 3 centres de court-séjour (44 places).
- > 4 résidences-services (84 logements)



### BON À SAVOIR...

#### SIGNIFICATION DES ABRÉVIATIONS EN ÉTABLISSEMENT

MR : Maison de Repos

MRS : Maison de Repos et de Soins

RS : Résidence Services

CAJ : Centre d’Accueil de Jour

CSJ : Centre de Soins de Jour

CS : Court Séjour

## AIDES ET SOINS À DOMICILE DONT VOUS POUVEZ BÉNÉFICIER

Le CPAS de Charleroi organise différents services axés sur un maintien à domicile de qualité garantissant le libre choix des personnes aidées et en respectant les principes essentiels de la dignité humaine.

Votre demande d’aide et/ou de soins sera orientée vers le service ou le professionnel concerné. Celui-ci déterminera avec vous les réponses les plus adaptées à votre situation.

L’objectif est de pouvoir vous aider à faire face à vos difficultés de santé, familiales, sociales, administratives, psychologiques ou autres et vous permettre ainsi de rester à domicile dans les meilleures conditions possibles.

Dans des situations plus complexes, vous recevrez la visite d’un coordinateur et, si nécessaire, d’un ergothérapeute qui pourront vous donner des conseils judicieux pour restaurer ou maintenir un maximum d’autonomie. Le rôle du coordinateur est de gérer et coordonner l’action des différents prestataires qui interviennent à votre domicile afin de vous garantir une prise en charge globale et adaptée.

Depuis le 01/01/2010, cette mission de coordination est assurée conjointement avec

**le Centre de Coordination de la Ville de Charleroi ☎ 071/33 11 55.**

Une collaboration est prévue également avec l'ensemble des prestataires à domicile (médecins traitants, kinésithérapeutes, etc.) et éventuellement avec l'équipe de soutien Arémis (soins palliatifs), Respect Seniors, et autres.

## **ADAPTER VOTRE LOGEMENT, C'EST POSSIBLE**

### **CONTACT "ADAPTATION DU LOGEMENT"**

Boulevard Joseph II, 13 – 6000 Charleroi

☎: 071/23 30 30

En collaboration avec votre médecin et les professionnels des services d'aide et de soins à domicile, un ergothérapeute évaluera les problèmes liés à l'exécution de vos activités quotidiennes au sein de votre habitation.

Il vous proposera des solutions d'aménagement de votre habitat pour améliorer ou maintenir votre autonomie.

**Son intervention est gratuite.**



### **BON À SAVOIR...**

#### **QUELQUES CONSEILS POUR ÉVITER LES CHUTES À DOMICILE**

- Se lever lentement du lit, d'une chaise ou d'un fauteuil.
- Sécuriser tous les fils se trouvant à même le sol.
- Retirer tous les tapis ou les fixer au sol.
- Porter des chaussures avec semelles antidérapantes.
- Placer des mains courantes et des rampes (salle de bains, escaliers ou couloirs dangereux).
- Placer des veilleuses dans les endroits sombres.
- Placer les électro-ménagers à bonne hauteur.
- Éviter l'encombrement des lieux de passage.

## L'AIDE FAMILIALE, POUR LE MAINTIEN À DOMICILE

### **CONTACT "AIDE FAMILIALE"**

Boulevard Joseph II, 13 – 6000 Charleroi

**☎: 071/23 30 30**

L'aide familiale est un maillon essentiel de la chaîne pour le maintien à domicile mais aussi une présence, un réconfort, une écoute attentive et discrète, un soutien, une rupture de l'isolement.

Dans la vie quotidienne, l'aide familiale accompagne les enfants, les personnes âgées, malades ou handicapées, aide aux déplacements à l'extérieur et aux courses, sans oublier l'entretien courant des pièces habitées et du linge. L'aide familiale prépare également les repas, etc.

Un accompagnement peut également être fait dans le cadre des soins palliatifs.

L'aide familiale appelle et oriente vers des services ou des organismes spécialisés.

## SOINS INFIRMIERS À DOMICILE

### **CONTACT "SOINS À DOMICILE"**

Boulevard Joseph II, 13 – 6000 Charleroi

**☎: 071/23 30 30**

Axés vers le maintien à domicile, les soins prodigués par l'infirmier/l'infirmière à domicile permettent de rester à son domicile en toute sécurité.

L'infirmier/l'infirmière à domicile travaille en étroite collaboration avec votre médecin traitant ou spécialiste dans le but d'assurer une continuité et une qualité de soins, des soins adaptés à vos besoins et/ou handicap en utilisant le matériel et les produits en conformité avec les normes actuelles. L'infirmier/l'infirmière est conventionné(e) et pratique le tiers payant. Pour des situations spécifiques,

des infirmier(e)s se sont spécialisé(e)s dans les soins de plaies.





## REPAS À DOMICILE

### **CONTACT "SOINS À DOMICILE"**

Boulevard Joseph II, 13 – 6000 Charleroi

**☎: 071/23 30 30**

Des repas chauds peuvent être livrés à domicile, chaque jour de la semaine ainsi qu'un repas supplémentaire pour le samedi et les jours fériés.

Ces repas sont équilibrés et élaborés sous la supervision d'une diététicienne en respectant le régime alimentaire prescrit par un médecin (sans sel, sans sucre, etc.).

Le service est assuré par une aide familiale qui peut ponctuellement apporter son aide pour découper les aliments, et prendre les médicaments, etc.

Le prix du repas est calculé en fonction des revenus (cela varie entre 3,59 € à 7,06 € maximum par repas). Si les frais médico-pharmaceutiques grèvent anormalement le budget, l'assistant(e) social(e) peut en tenir compte pour évaluer une intervention financière.



## GARDES À DOMICILE

### **CONTACT "SERVICE D'AIDE ET SOINS À DOMICILE"**

Boulevard Joseph II, 13 – 6000 Charleroi

**☎: 071/23 30 30**

Une aide familiale diplômée, encadrée par un infirmier/une infirmière en santé communautaire, a pour mission de vous accompagner si vous avez besoin de la présence continue d'une personne pour des raisons de santé ou de handicap. Le but est d'assurer durant la nuit une présence active et une aide relationnelle, en complémentarité avec votre entourage et des prestataires du domicile (infirmier/infirmière, aide familiale, médecin, kiné, etc.), et à optimiser votre bien-être mental, physique et social.

Il/elle assure des soins de confort et d'hygiène, a un rôle relationnel dans le but de maintenir votre autonomie et garantir une qualité de vie, afin de préserver le maintien à domicile. Cette aide permet aussi à l'entourage de "souffler".

## **AIDES MÉNAGÈRES SOCIALES**

### **CONTACT “SERVICE D’AIDE ET SOINS À DOMICILE”**

Boulevard Joseph II, 13 – 6000 Charleroi

**☎ : 071/23 30 30**

Ce service s’adresse aux personnes âgées, handicapées, malades ou isolées et aux familles en difficulté. Les prestations doivent s’effectuer en présence de l’usager.

Des activités effectuées à votre domicile telles que le nettoyage, le lavage de vitres, la lessive et le repassage. Leur durée et leur fréquence s’adaptant à vos besoins avec flexibilité.

Les aides ménagères sociales du CPAS de Charleroi sont formées et engagées par le CPAS. Elles sont encadrées par un assistant social et intégrées au sein d’une équipe d’aides familiales avec qui elles travaillent en complémentarité. Elles se chargent de vos tâches ménagères (entretien de la maison, vitres...) si vous disposez du matériel adéquat.

Le prix horaire des prestations est fixé sur la base de vos revenus avec un maximum de 8,10 €/heure.



## **RÉFÉRENTE ALZHEIMER**

### **RÉFÉRENTE ALZHEIMER - PATRICIA SCORNEAU**

Boulevard Joseph II, 13 – 6000 Charleroi

**☎ : 0476/94 69 86**

Elle intervient au domicile dans les situations problématiques relatives à la maladie d’Alzheimer et constitue un véritable soutien auprès des familles et des aides familiales au domicile. Elle peut faciliter la transition entre le domicile et l’entrée en Maison de repos. Elle anime également “l’Alzheimer café” et encadre les ateliers d’impro Alzheimer avec des personnes du service d’aide à domicile et des maisons de repos.



## L'ALZHEIMER CAFÉ

### ADRESSE

Impasse du Major, 3 – 6060 Gilly

☎ : 0476/94 69 86

S'asseoir autour d'une tasse de café; parler, échanger et retrouver le plaisir d'être ensemble dans l'espace social. C'est le principe de l'Alzheimer Café.

L'Alzheimer Café de Charleroi se réunit tous les 3<sup>e</sup> lundis du mois à 14h.

Objectifs :

- > Informer sur l'aspect médical et psychosocial de la démence.
- > Créer un dialogue ouvert et sans tabou sur la maladie.
- > Rompre l'isolement social des malades et de leurs proches.

L'atmosphère conviviale qui règne à un Alzheimer Café permet de briser les tabous et donne aux personnes malades un sentiment d'appartenance, de reconnaissance et d'acceptation.



## SANTÉ MENTALE

### ADRESSE

Rue Léon Bernus, 18 - 6000 Charleroi

☎ : 071/32 94 18

Le service prévention et santé mentale du CPAS de Charleroi dispose de plusieurs équipes, agréées et subventionnées par l'AViQ, proposant des services spécifiques s'adressant aux enfants, adolescents et adultes vivant des difficultés psychologiques, relationnelles ou psychiatriques.

Il met également en œuvre différentes ressources à destination des usagers de drogues et des personnes confrontées directement à la grande précarité : travail de rue, échange de seringues, information et sensibilisation, accueil de soirée. Parallèlement, il initie et met en œuvre en collaboration avec le secteur associatif un Plan drogues pour la Ville de Charleroi.

Le service prévention et santé mentale propose aussi une offre de formation en promotion de la santé et sur les assuétudes à destinations des professionnels.

Le service est accessible du lundi au vendredi de 9h à 18h.

Sur demande, des consultations peuvent être organisées en dehors des heures d'ouverture habituelles en fonction de la disponibilité des thérapeutes.

## **BIO – TÉLÉ – VIGILANCE**

### **PLACEMENT DE L'APPAREIL**

Centre de Coordination de la Ville de Charleroi

**☎ : 071/33 11 55**

Il s'agit d'un système d'appel à distance raccordé au téléphone.

En cas de problème, une simple pression sur le boîtier (sur votre montre au poignet ou votre pendentif) et un appel automatique est dirigé vers une centrale d'appel qui est directement identifiée (sur base d'une liste de personnes).

Appelable en cas de besoins qui seront déterminés préalablement; le central prévient directement la personne désignée en qualité de contact.

En cas de malaise grave empêchant de s'exprimer, il appellera automatiquement la 1<sup>re</sup> personne de la liste convenue.

L'infirmière de garde pourra alors intervenir 24h/24, ce service revient à 49,57€/an (abonnement) et la facturation du déplacement. En fonction des revenus, le CPAS, sur base d'une enquête sociale, peut prendre en charge une partie de ces frais. La mutuelle peut également intervenir dans une partie du coût.

**Pour les habitants de Charleroi, la Ville de Charleroi octroie une prime de 40€ lors du placement de votre appareil.**

### **Infos et Contact :**

**SERVICE DES AÎNÉS , Gregory Steppe**

**☎ : 071/86 55 63**



### **BON À SAVOIR...**

#### **QUELQUES ASTUCES POUR SAVOIR COMMENT SE RELEVER EN CAS DE CHUTE...**

Si vous avez la capacité de marcher avant la chute et que vous ne ressentez aucune douleur, voici une façon simple de vous relever en toute sécurité :

- > Se coucher sur le dos.
- > Se retourner sur le ventre ou sur le côté.
- > Se mettre à quatre pattes.
- > Se hisser en se tenant à un objet fixe, en s'aidant avec les bras pour se relever graduellement.

## **FONDS SOCIAL CHAUFFAGE**

### **C'est quoi ?**

L'ASBL Fonds Social Chauffage intervient partiellement dans le paiement de la facture de chauffage des personnes qui se trouvent dans des situations financières précaires.

### **type de combustible :**

- > **le gasoil de chauffage en vrac** : un combustible de chauffage couramment appelé mazout ou gasoil, sous forme liquide, commandé en litres (grande quantité) en vue de remplir une citerne.
- > **le gasoil de chauffage à la pompe** : le même produit que celui expliqué ci-dessus, mais acheté en petite quantité (dans des bidons de 5, 10, ... litres), utilisé pour les poêles à pétrole.
- > **le pétrole lampant (type c) à la pompe** : un combustible de chauffage liquide, principalement utilisé pour les poêles à pétrole, type "Zibro kamines" (poêle à pétrole autonome ne nécessitant pas de conduite de cheminée), acheté en petites quantités (dans des bidons de 5, 10, ... litres).
- > **le gaz propane en vrac** : un gaz, dérivé du pétrole, vendu en litres en vue de remplir une citerne.

### **Il doit s'agir du type de combustible utilisé pour chauffer principalement l'habitation.**

*Attention : Le Fonds n'intervient donc pas pour les combustibles suivants :*

*gaz naturel/de ville – électricité – gaz propane/butane en bouteille – pellet – bois – charbon.*

### **Pour qui ?**

#### **Catégorie 1 :**

Les personnes ayant droit à une intervention majorée d'assurance maladie invalidité.

#### **Catégorie 2 :**

Les personnes à "faibles revenus" (revenus annuels bruts imposables inférieurs à 18.363,39€ majoré de 3.399,56€ par personne à charge).

#### **Catégorie 3 :**

Personnes surendettées.

### **Quel montant ?**

Par ménage et par période de chauffe : une quantité maximale de 1.500 litres est prise en considération pour l'octroi de l'allocation de chauffage.

Pour les combustibles livrés en grande quantité, l'allocation varie entre : 14 et 20 centimes par litre et l'allocation par ménage est de 300€ maximum. Ces dernières années, l'allocation maximum par foyer est de 210€.

### **Comment l'obtenir ?**

Pour pouvoir bénéficier du soutien du Fonds Social Chauffage, vous pouvez vous adresser au CPAS de votre commune dans **les 60 jours calendrier suivant la livraison.**

#### **Le CPAS vérifiera :**

- > La catégorie du groupe cible.
- > L'utilisation d'un des combustibles concernés.
- > Si l'adresse figurant sur la facture correspond bien à l'adresse de livraison (habitation).

- Si les conditions de revenus mentionnées sont correctes, le CPAS consultera par voie informatique les données de revenus, directement auprès du SPF Finances ainsi que celle des membres qui composent le ménage.

Le CPAS peut contacter le demandeur en cas de renseignements complémentaires nécessaires.



### BON À SAVOIR...

**Les opérateurs Proximus, Orange, Scarlet, Telenet, Voo permettent, sous certaines conditions, aux seniors de plus de 65 ans et plus de profiter d’un tarif social.**

**Une seule personne par ménage peut bénéficier de ce tarif, cette personne doit choisir la formule et l’opérateur qui lui convient. L’intéressé doit introduire la demande auprès de l’opérateur téléphonique de son choix.**

#### **CONDITIONS POUR OBTENIR CE TARIF :**

- Avoir plus de 65 ans.
- Avoir un revenu brut imposable globalement inférieur à 18.730,66€ + 3.467,55€ par personne supplémentaire domiciliée à la même adresse selon l’indexation du 01/09/2017.
- Vivre seul(e) ou avec des personnes de plus de 60 ans, ou avec ses enfants, ou avec ses petits enfants qui sont orphelins de père et de mère ou qui ont été confiés.
- Ne pas bénéficier déjà d’un tarif social et ne pas avoir dans son ménage une personne qui en bénéficie.

## 7. SANTÉ

### MAISONS DE REPOS PRIVÉES SUR L'ENTITÉ

<b>R.S Accord'âge</b>	Charleroi ☎ 071/20 09 00
<b>Home les Piges</b>	Dampremy ☎ 071/31 82 48
<b>Résidence Aurore</b>	Gilly ☎ 071/30 58 34
<b>Résidence Le Trianon</b>	Gilly ☎ 071/41 52 09
<b>L'Adret</b>	Gosselies ☎ 071/35 88 77
<b>Foyer Marie Martine</b>	Gosselies ☎ 071/35 89 89
<b>Résidence St-Vincent</b>	Jumet ☎ 071/32 62 62
<b>Les Marronniers</b>	Jumet ☎ 071/34 84 50
<b>Les Jours Heureux</b>	Lodelinsart ☎ 071/28 68 68
<b>Le Riv'âge</b> (Résidence service) Uniquement "soins	Marcinelle ☎ 071/29 81 00
<b>Home Notre Foyer Maison de repos + "soins"</b>	Marcinelle ☎ 071/29 81 00
<b>La Tramontane 2</b>	Marcinelle ☎ 071/47 21 91
<b>Résidence l'Arcadie</b>	Mont-sur-Marchienne ☎ 071/36 80 20
<b>Home St-Joseph</b>	Montignies-sur-Sambre ☎ 071/41 20 51
<b>L'Arche de Vie</b>	Ransart ☎ 071/37 01 49
<b>Résidence la Pierre de Lune</b>	Ransart ☎ 071/35 85 80
<b>Home Chant des Oiseaux</b>	Roux ☎ 071/45 78 88



### BON À SAVOIR...

#### QUE FAIRE EN PÉRIODE DE CANICULE?

La première chose à faire est de bien s'hydrater. Le corps va chercher à réguler la température par la transpiration. Il est donc important d'augmenter les apports en eau quotidiens.

- > Il est également recommandé de se mouiller le corps grâce à un vaporisateur par exemple.
- > Maintenir son logement au frais : conservez les volets ou rideaux fermés en journée. Si la température est retombée en soirée, ne pas hésiter à aérer.
- > Adapter son rythme de vie : réduire ses efforts physiques, éviter le sport ou la marche durant cette période.
- > Éviter de passer trop de temps en extérieur.
- > Enfin, penser à bien se nourrir, le corps a besoin de beaucoup d'énergie durant une période caniculaire.

## HÔPITAUX & CLINIQUES SITUÉS À CHARLEROI ET ENVIRONS

<p><b>Le CHU de Charleroi (Centre Hospitalier Universitaire) comprend :</b></p> <p><b>Un ensemble intégré d'infrastructures hospitalières:</b></p> <p><b>L'Hôpital André Vésale à Montigny-le-Tilleul</b></p> <p><b>L'Hôpital Civil Marie Curie à Lodelinsart</b></p> <p><b>L'Hôpital Vincent Van Gogh à Marchienne-au-Pont</b></p> <p><b>L'Hôpital Léonard de Vinci à Montigny-le-Tilleul</b></p> <p><b>La Clinique Léon Neuens à Châtelet</b></p>	<p><b>Numéro général = 071/92 12 11</b></p> <p>Rue de Gozée, 706 à 6110 Montigny-le-Tilleul ☎ <b>071/92 15 11</b></p> <p>Chaussée de Bruxelles 140 à 6042 Lodelinsart ☎ <b>071/92 13 11</b></p> <p>Rue de l'Hôpital, 55 à 6030 Marchienne-au-Pont ☎ <b>071/92 14 11</b></p> <p>Rue de Gozée, 706 à 6110 Montigny-le-Tilleul ☎ <b>071/92 38 73</b></p> <p>Rue du Beau Moulin 80 à 6200 Châtelet ☎ <b>071/92 16 11</b></p>
<b>Clinique Notre-Dame de Grâce Gosselies (CNDG)</b>	Chée de Nivelles, 212 à 6041 Gosselies ☎ <b>071/37 90 00</b>
<b>Grand Hôpital de Charleroi (GHdC)</b>	Grand'Rue, 3 à 6000 Charleroi ☎ <b>071/10 21 11</b>
<b>Grand Hôpital de Charleroi (GHdC) Site de Saint-Joseph</b>	Rue Marguerite Depasse, 6 à 6060 Gilly ☎ <b>071/10 70 11</b>
<b>Polyclinique Neutre de Charleroi</b>	Av. de Waterloo, 19/21 à 6000 Charleroi ☎ <b>071/20 53 01</b>
<b>Grand Hôpital de Charleroi (GHdC) Site de Sainte-Thérèse</b>	Rue Trieu Kaisin, 134 à 6061 Montignies-sur-Sambre ☎ <b>071/10 90 11</b>
<b>Clinique de la Vision Charleroi</b>	Bd Joseph II, 7 à 6000 Charleroi ☎ <b>071/30 24 00</b>
<b>CMDLife Clinique Médico Dentaire Charleroi</b>	Bd Gustave Roullier, 4 à 6000 Charleroi ☎ <b>071/32 27 17</b>
<b>Clinique Dentaire de la Digue</b>	Place de la Digue, 30 à 6000 Charleroi ☎ <b>071/20 05 10</b>
<b>Centre Dentaire de Dampremy</b>	Rue Joseph Wauters, 137 à 6020 Dampremy ☎ <b>071/31 94 19</b>
<b>Grand Hôpital de Charleroi (GHdC) Site de Reine Fabiola</b>	Avenue du Centenaire, 73 à 6061 Montignies-sur-Sambre ☎ <b>071/10 21 11</b>
<b>Grand Hôpital de Charleroi (GHdC) Site IMTR</b>	Rue de Villers, 1 à 6280 Loverval ☎ <b>071/10 61 20</b>
<b>Centre Consult Charleroi</b>	Rue de Marcinelle, 24 à 6000 Charleroi ☎ <b>071/30 31 01</b>
<b>Polyclinique du Mambourg</b>	Boulevard Zoé Drion, 1 à 6000 Charleroi ☎ <b>071/92 56 00</b>
<b>CPJ Charles-Albert Frères</b>	Rue de Nalines, 650 à 6001 Marcinelle ☎ <b>071/43 16 89</b>
<b>Charleroi Sport Santé</b>	Rue de Goutroux, 39 à 6031 Monceau-sur-Sambre ☎ <b>071/92 19 00</b>
<b>A.I.R.C. Pet Scanner</b>	Chaussée de Charleroi, 97 à 6060 Gilly ☎ <b>071/41 23 55</b>



## POSTES DE GARDE DE MÉDECINE GÉNÉRALE

Actuellement, Charleroi compte un poste de garde de médecine générale installé à la Polyclinique du Mambourg.

### **POLYCLINIQUE DU MAMBOURG**

Espace Santé – Entrée n°2

Boulevard Zoé Drion, 1 – 6000 Charleroi

☎ : 071/ 92 56 00

Prochainement, les habitants de la région de Charleroi et sa périphérie bénéficieront de trois nouveaux centres de médecine de garde générale à Courcelles, Farciennes et Montigny-le-Tilleul.



Photo libre de droits – Site <https://unsplash.com/>

## LE DMG (DOSSIER MÉDICAL GLOBAL)

Le Dossier Médical Global (DMG) contient toutes vos données médicales (opérations, maladies chroniques, traitements en cours, ...).

Il permet un meilleur accompagnement individuel et une meilleure concertation entre les médecins.

Quel que soit votre âge, vous pouvez demander l'ouverture d'un DMG auprès de votre médecin généraliste.

De plus, vous bénéficiez d'un remboursement préférentiel pour une consultation ou une visite chez votre médecin généraliste.

### **Quels sont les avantages?**

Si vous demandez un DMG chez votre médecin généraliste, vous serez remboursé jusqu'à 30% de plus pour une consultation chez votre médecin de famille (à son cabinet ou pour une visite à domicile).

Le taux de remboursement obtenu grâce au DMG dépend de la catégorie de son titulaire.

De plus, avec la centralisation de vos données médicales, cela évitera par exemple de subir des examens inutiles.

### **Comment demander un DMG?**

Lors de votre prochaine consultation (au cabinet de votre médecin généraliste ou lors d'une visite à domicile), demandez votre DMG. Si vous êtes le parent d'un enfant ou d'un patient palliatif, vous pouvez demander l'ouverture d'un DMG à sa place.

### **Vous changez de médecin généraliste?**

Dans ce cas, demandez le transfert gratuit de votre DMG vers votre nouveau médecin généraliste.

### **Combien de temps un DMG reste-t-il valable?**

Le DMG reste valable jusqu'à la fin de la deuxième année civile suivant l'ouverture. Un DMG ouvert par exemple le 21/1/2018 reste donc valable jusqu'au 31/12/2020. Votre médecin et votre mutuelle se chargeront ensuite d'une éventuelle prolongation de votre DMG.

### LE TIERS PAYANT

est un système permettant de ne payer aux prestataires de soins, (médecin, dentiste, kinésithérapeute, pharmacien, etc.) uniquement la part de frais à votre charge, c'est-à-dire le ticket modérateur ainsi qu'un supplément si le prestataire de soins n'est pas conventionné.

**Les personnes pouvant accéder au Tiers Payant Social sont :**

- > Les bénéficiaires de l'intervention majorée.
- > Les chômeurs de plus de 6 mois de chômage complet indemnisé (chef de famille et isolé).
- > Les bénéficiaires du revenu garanti.
- > Les bénéficiaires d'allocations familiales majorées.
- > Les personnes en situation de détresse occasionnelle.
- > Les bénéficiaires atteints d'une affection chronique, sous certaines conditions.

Pour les bénéficiaires en situation de détresse financière, de la GRAPA, du RIS (Revenu d'Intégration Sociale), de l'IM (Intervention Majorée), d'une allocation pour les personnes handicapées et pour les chômeurs complets indemnisés depuis 6 mois, le tiers-payant social se pratique d'emblée chez le médecin généraliste.

L'application du tiers payant est automatique chez le pharmacien et à l'hôpital, mais le patient doit en faire la demande chez le médecin et le kiné.

## MUTUELLES

### CONNAÎTRE LES SERVICES PROPOSÉS PAR SA MUTUALITÉ.

D'une mutualité à l'autre, l'offre de services peut varier mais on peut s'adresser à elle pour :

- > La location ou l'achat de matériel spécifique : d'une béquille à un fauteuil adapté, etc.
- > Obtenir l'intervention de services d'aide et de soins à domicile.
- > Faire des simulations de frais de santé ou d'une hospitalisation.
- > Recueillir toutes les informations nécessaires sur les programmes de vaccination.
- > Recevoir une intervention financière dans de nombreux domaines : transports, examens médicaux, inscription dans un club de sport, aménagement du domicile, location de matériel sanitaire, ...
- > Découvrir les services d'aide à la santé qui donnent les informations diététiques utiles.
- > Suivre des ateliers destinés à mieux manger, à bouger correctement.
- > Vérifier si l'hôpital ou les prestataires de soins que vous fréquentez respectent les honoraires conventionnés.
- > Etre conseillé gratuitement dans de nombreux domaines par le service social.
- > S'inscrire à un mouvement d'aînés qui organise régulièrement des activités : repas, excursions, voyages, etc.
- > Bénéficier d'une évaluation du logement et de conseils d'aménagement pour l'adapter à ses besoins.

- > Se renseigner sur les services de téléassistance permettant de vous porter secours en cas de problème à domicile.
- > S’informer valablement sur des sujets de santé.
- > Recevoir une aide éventuelle en matière de transport.
- > Etc.

## PRÊT ET VENTE DE MATÉRIEL SANITAIRE

### **MUTUALITÉS DE LA RÉGION DE CHARLEROI**

#### **MUTUALITÉ NEUTRE CHARLEROI**

Avenue de Waterloo, 23 – 6000 Charleroi

☎ : 071/20 52 11

#### **MUTUALITÉ CHRÉTIENNE CHARLEROI**

Boulevard Joseph Tirou, 161– 6000 Charleroi

☎ : 071/45 85 48

#### **MUTUALITÉ LIBÉRALE CHARLEROI**

Rue de Montigny, 36 –6000 Charleroi

☎ : 071/31 37 40

#### **SOLIDARIS MUTUALITÉ**

Avenue des Alliés, 2–6000 Charleroi

☎ : 071/50 77 77

#### **PARTENAMUT**

Boulevard Jacques Bertrand, 48

6000 Charleroi

☎ : 02/444 41 11

#### **CAAMI**

Rue de la Rivelaine, 4

6061 Montignies-sur-Sambre

☎ : 071/32 91 98

### **QUELQUES POINTS DE VENTE OU PRÊT DE MATÉRIEL MÉDICAL**

#### **VIVAMUT**

Avenue de Waterloo, 19– 6000 Charleroi

☎ : 071/20 52 11

#### **MÉDICONFORT**

Chaussée de Bruxelles, 317– 6042 Lodelinsart

☎ : 071/41 26 86

#### **POINT SANTÉ CPAS CHARLEROI**

Avenue des Alliés, 2– 6000 Charleroi

☎ : 071/50 78 08

#### **ASPH CHARLEROI**

Place Charles II, 24 –6000 Charleroi

☎ : 071/50 78 14

## **RESPECT SENIORS**

### **ESPACE SANTÉ**

Boulevard Zoé Drion, 1 – 6000 Charleroi

### **Contacts**

**CAMPANELLA CÉLINE [Psychologue] – WAKANA SARAH [Assistante sociale]**

Email : [hainaut.oriental@respectseniors.be](mailto:hainaut.oriental@respectseniors.be)

☎ : 071/70 27 81 Numéro gratuit 0800/30.330

Site internet: [www.respectseniors.be](http://www.respectseniors.be)

### **Heures d'ouverture**

Du lundi au vendredi de 9h à 17h (répondeur en cas d'absence)

Rencontre au bureau = **uniquement sur rendez-vous.**

Respect Seniors est l'Agence wallonne de lutte contre la maltraitance des aînés.

- Que ce soit au sein de votre famille, vos proches, dans votre entourage ou même dans votre milieu professionnel.
- Qu'elle soit psychique ou physique.

**Le 1<sup>er</sup> réflexe est d'en parler sans crainte.**

- > Via une permanence téléphonique gratuite au numéro gratuit ☎: 0800 30 330
- > Via des rencontres sur le terrain.
- > **Respect du secret professionnel.**

## **CONSEIL CONSULTATIF DE LA PERSONNE HANDICAPÉE**

### **Contact**

**ROBERTO MANTOAN**

☎ : 071/86 70 70

Email : [roberto.mantoan@charleroi.be](mailto:roberto.mantoan@charleroi.be)

Créé en 2004, il a pour objectif de veiller aux intérêts des personnes handicapées et de délibérer par voie d'avis sur toutes les questions d'ordre éthique, social, économique, sanitaire, culturel, pédagogique, juridique, de sécurité et d'environnement qui les concernent directement ou indirectement sur le plan communal.

Constitué par des membres mandatés par les institutions et associations représentatives des personnes handicapées actives sur le territoire de Charleroi, il se définit comme un véritable organe de concertation permettant d'initier une politique volontariste et réaliste visant à construire une société plus harmonieuse, plus tolérante et respectueuse de chaque citoyen de notre cité.

### **COMPOSITION DU CCPH**

Président	Monsieur Edouard Bouffioulx
Vice-Président	Monsieur Francis Delorge
Secrétaire	Madame Véronique Lejeune

## **HANDICONTACT**

### **ANTENNE DE CHARLEROI**

Avenue de la Crèche, 13  
6061 Montignies-sur-Sambre  
Email : [handicontact@charleroi.be](mailto:handicontact@charleroi.be)

### **Personnes de contact**

#### **ROBERTO MANTOAN**

☎ : 071/86 70 70  
Email : [roberto.mantoan@charleroi.be](mailto:roberto.mantoan@charleroi.be)

#### **NADÈGE CHAPELLE**

☎ : 071/86 70 11  
Email : [chapelle.nadege@hotmail.be](mailto:chapelle.nadege@hotmail.be)



### **PERMANENCE**

Uniquement les mercredis de 8h30 à 11h30 & de 13h30 à 15h30

La cellule **Handicontact** informe toutes les personnes en situation de handicap et leur entourage. Elle oriente vers le ou les services habilités à répondre aux besoins exprimés (formation, emploi, transports, loisirs, vacances, activités sportives, ...).

### **ALLOCATIONS D'AIDE AUX PERSONNES ÂGÉES**

Pour les personnes âgées de plus de 65 ans, cette allocation d'aide vise à aider financièrement les personnes à faible revenu ayant des difficultés pour exécuter des tâches de la vie quotidienne (cuisiner, manger, se laver, faire le ménage, monter les escaliers, ...).

### **INTRODUCTION D'UNE DEMANDE**

Via un formulaire de demande en ligne auprès de votre commune ou des antennes sociales dans votre région. Le formulaire de demande en ligne est accessible via le site [www.handicap.belgium.be](http://www.handicap.belgium.be)

### **LES ANTENNES SOCIALES**

**CHARLEROI:** ☎ 071/86 10 85 – 071/86 10 84

**GILLY:** ☎ 071/86 39 51

**GOSSELIES:** ☎ 071/86 88 59 – 071/86 88 60

**LODELINSART:** ☎ 071/86 48 17

**MARCINELLE:** ☎ 071/86 61 23 – 071/86 61 24

**MONCEAU-SUR-SAMBRE** ☎ 071/86 66 04



## **BON À SAVOIR...**

### **ANTENNE AVIQ CHARLEROI**

Rue de la Rivelaine 11 – 6061 Montignies-sur-Sambre

☎ 071/33 79 50

Email : [br.charleroi@aviq.be](mailto:br.charleroi@aviq.be)

**Horaires :** Du lundi au vendredi de 8h30-12h30 et 13h30-16h30

## L'ASBL "NOS YEUX DANS LA LUMIÈRE"

### Adresse | contact

Rue des Carrières, 12A – 6010 Couillet

**MADAME BETTY PINERI**

☎ : 0497/08.53.84

Email : pineribetty@live.be

Les activités ont lieu tous les mercredis de 9h à 17h

Au programme : des activités de bien-être, de création d'un jardin adapté, artisanat, gymnastique douce, activité sur la santé par les plantes, marche, pêche, pétanque, groupe de discussions, excursion d'un jour.

## FIBROMYALGIE BELGIQUE – RELAIS CHARLEROI

### Siège social

Rue Frérot, 30 – 7020 Mons

☎ : 060/37 88 58 – 0474/82 11 04

Email : focusfibromyalgie@gmail.com

### Adresse du contact pour Charleroi

#### CENTRE MÉDICAL A. GAILLY

**MADAME MARIE-CHRISTINE BARREZ (Responsable du Relais Charleroi)**

Boulevard Zoé Drion, 1 – 6000 Charleroi

☎ : 071/92 56 00

La fibromyalgie s'accompagne souvent de fatigue, et de troubles du sommeil, de la mémoire et de l'humeur. Des douleurs et une sensibilité musculaires diffuses sont les symptômes les plus fréquents. Certains médicaments, des séances de psychothérapie et la réduction du stress peuvent aider à gérer les symptômes.

### **OBJECTIFS DE L'ASBL :**

- > Informer les personnes atteintes de fibromyalgie et leurs proches.
- > Les écouter et apporter un soutien moral.
- > Participer à la diffusion d'informations concernant la fibromyalgie.
- > Promouvoir toute action visant à améliorer l'autonomie du patient.
- > Sensibiliser le corps médical et les institutions publiques concernées par le problème de santé.

Des entretiens téléphoniques sont mis en place et des groupes de parole sont régulièrement organisés.

Des conférences sont données pour tout public, des séances d'information pour le personnel médico-social, l'ASBL édite un périodique L'ELFÉMÉRIDE et a publié deux ouvrages "Fibromyalgie, un guide pour tous", "La Fibromyalgie, un chemin vers l'autonomie : guide thérapeutique et exercices physiques adaptés" par Jacques D'Haeyère – Kinésithérapeute.

## **DIABÈTE**

### **ASSOCIATION BELGE DU DIABÈTE**

Avenue De Roodebeek, 9 – 1030 Bruxelles

☎ : 0497/08.53.84

Email : info@diabete.be

Le diabète aussi connu sous le nom de “maladie du sucre” apparaît lorsque le pancréas ne fabrique plus ou n’assimile plus assez d’insuline, cette dernière permet de réguler le taux de glucose donc de sucre dans le sang. Cette maladie souvent silencieuse bien que très présente à l’heure actuelle peut avoir des effets néfastes sur notre qualité de vie et s’attaquer à différents organes tels que : les reins, le cœur, les artères et les nerfs.



Il existe deux types de diabète, le plus fréquent étant le diabète de type 2 qui apparaît généralement après 45 ans. Il affecte plus particulièrement la qualité de vie et l’autonomie des plus de 80 ans. Sans suivi il peut entraîner : AVC, infarctus ou encore une cécité.

Les symptômes peuvent souvent passer inaperçus.

### **Pour le diabète de type 2, ils apparaissent comme :**

- > Une augmentation de la soif ou de la faim.
- > Une envie d’uriner très fréquente.
- > Fatigue, somnolence excessive.
- > Malaise.
- > Une vision trouble.
- > Des infections (cystite, mycose,...).
- > Faible cicatrisation.

Une prise de sang suffit à détecter la présence trop élevée de glucose dans le sang et donc du diabète.

### **D’autres personnes à risque :**

- > Les personnes ayant des antécédents familiaux au 1<sup>er</sup> degré de diabète de type 2.
- > Les personnes en surcharge pondérale.
- > Les personnes ayant un mode de vie sédentaire.
- > Pour les femmes ayant souffert de diabète gestationnel ou ayant donné naissance à un bébé de plus de 4 kg.

Suite au dépistage, le médecin généraliste vous mettra en contact avec un diabétologue. Ce dernier assurera un suivi de la maladie voir un ajustement du traitement si cela s’avère nécessaire.



## BON À SAVOIR...

Les hôpitaux du Grand Charleroi offrent un service complet d'Endocrinologie et Diabétologie avec différents spécialistes permettant un suivi complet de la maladie (diabétologue, infirmier, podologue, psychologue, diététicien)

### **GHDC**

- Site de Notre Dame à Charleroi – 071/10 27 06
- Site de Saint Joseph à Gilly – 071/10 76 25
- Site de IMTR à Loverval – 071/10 76 25

### **C.H.U**

- Clinique Léon Neuens à Châtelet  
071/92 17 80
- Hôpital Vésale à Montigny le Tilleul  
071/92 24 70
- Polyclinique du Mambourg à Charleroi  
071/92 56 00
- Hôpital Civil Marie Curie à Lodelinsart  
071/92 22 61

### **MAIS AUSSI VIA LE CPAS...**

Le Collectif de Santé de Charleroi Nord (avec le service projets de promotion de la santé)

#### **Adresse**

Rue Dourlet, 94 – 6000 Charleroi

☎ 071/41 53 24

**Email:** [coordination@mmchnord.be](mailto:coordination@mmchnord.be)

#### **Personne de contact:**

**DEBEN CORINE (COORDINATRICE)**

Du lundi au vendredi : de 8h à 19h (uniquement sur rendez-vous).

## **PARKINSON**

### **ASSOCIATION PARKINSON**

Rue des Linottes 6 – 5100 Naninne

☎ : permanence : 081/56 88 56

Du lundi au vendredi de 9h à 17h

Email : [info@parkinsonasbl.be](mailto:info@parkinsonasbl.be)

Site internet : [www.parkinsonasbl.be](http://www.parkinsonasbl.be)

### **ANTENNE DE CHARLEROI**

Rue Domaine Remy 39 – 6020 Dampremy

☎ : 064/22 04 53 – 0498/76 26 42

#### **Personne de contact:**

**FAGOT JEAN (Coordinateur bénévole de l'antenne de Charleroi)**

Email : [fagotj1@gmail.com](mailto:fagotj1@gmail.com)





## BON À SAVOIR...

Le CHU Charleroi et le CHU Liège ont signé une "Convention Parkinson", visant à former différents médecins spécifiquement au traitement de la maladie. L'Hôpital André Vésale met à disposition via cette convention : psychologue, neuropsychologue, logopède, kinésithérapeute, ergothérapeute, diététicien et assistant social. La convention offre la possibilité de bénéficier de la gratuité des actes paramédicaux pendant 6 semaines (1 à 3 fois par semaine) en centre de revalidation externe (Vésale).

### Personne de contact :

**DOCTEUR THIERRY PIETTE, NEUROLOGUE COORDINATEUR**

☎ 071/92 24 87

Email : [cip@chu-charleroi.be](mailto:cip@chu-charleroi.be)

Le CHU ainsi que le GHDC ont chacun des centres de revalidation et réadaptation proposant une aide aux personnes touchées par la maladie de Parkinson sur les sites respectifs de l'Hôpital André Vésale et le site de l'IMTR.

La maladie de Parkinson est une maladie dégénérative neurologique qui s'attaque de façon progressive aux neurones du cerveau. Elle affecte le système nerveux central qui joue un rôle important dans le contrôle de nos mouvements.

Les premiers troubles de la maladie de Parkinson apparaissent généralement entre 50 et 70 ans. Ils sont au début souvent confondus avec les troubles du vieillissement classique mais lorsque les premiers symptômes apparaissent et/ou s'aggravent et que le diagnostic tombe, la maladie est souvent installée depuis plusieurs années.

## TROIS PRINCIPAUX SYMPTÔMES

- > Lenteur dans les mouvements dite akinésie.
- > La rigidité, la raideur musculaire dite hypertonie.
- > Les tremblements au repos.

D'autres troubles peuvent survenir tels que des douleurs, des fourmillements dans les membres, des troubles digestifs ou du sommeil, de l'hypotension ou encore des troubles psychiques entraînant des dépressions, de l'anxiété.

A l'heure actuelle, les traitements médicamenteux permettent une diminution des symptômes améliorant considérablement la qualité de vie mais ils ne permettent pas encore la disparition ni la progression de ces derniers. Ce qui n'empêche pas une personne atteinte de Parkinson de vivre des années avec la maladie. La kinésithérapie sera aussi proposée en complément du traitement médicamenteux.

Il existe de nombreuses hypothèses sur les facteurs de risques de la maladie de Parkinson, hélas aucunes ne sont actuellement prouvées. Bien que le mécanisme de la maladie soit connu, les causes elles, restent un mystère.

**Bien que deux d'entre elles retiennent l'attention de la communauté scientifique :**

- > Les facteurs environnementaux (exposition importante et prolongée aux pesticides,...).
- > Les facteurs héréditaires.

Une corrélation entre ces deux facteurs pourrait être la cause de la maladie chez certains patients.



## BON À SAVOIR...

### **DES QUESTIONS PAR RAPPORT AU CANCER ?**

Numéro gratuit et totalement anonyme ☎ 0800/15801 Cancerinfo

Accessible tous les jours ouvrables de 9h à 18h.

Une équipe pluridisciplinaire (médecins, psychologues, infirmiers) est à l'écoute de toute personne confrontée au cancer.

### **Vous pouvez y trouver des informations sur :**

- > Comment trouver de l'aide ou des informations?
- > Des explications sur les différents cancers ou sur les possibilités de traitement.
- > Comment faire appel à un service de la Fondation contre le cancer?
- > La prévention et le dépistage des cancers.

Ou tout simplement pour parler...

## SCLÉROSE EN PLAQUES

### LIGUE BELGE DE LA SCLÉROSE EN PLAQUES

Rue des Linottes 6 – 5100 Naninne

☎ : 081/40 15 55

Email : info@liguesep.be | ligue.sep@ms-sep.be

Site internet : www.liguesep.be

### ANTENNE DE CHARLEROI

Quai Arthur Rimbaud 20 – 6000 Charleroi

☎ : 071/18 32 11

Email : hainaut.charleroi@liguesep.be

Site internet : www.liguesep.be

### Contacts :

**GRISAY DANIELLE, Assistante sociale**

Email : dgrisay@liguesep.be

**OSSET REMI, Assistant social**

Email : rosset@liguesep.be



### **BON À SAVOIR...**

Le CHU Charleroi a signé une convention pour la sclérose en plaques, la convention SEP.

Il est possible de prendre contact avec un agent de liaison qui aidera le patient et son entourage dans les premières démarches ainsi que l'orientation vers les différents programmes de la convention, visant le centre de réhabilitation de l'hôpital, les soins à domicile et les maisons de repos ouvertes à cette convention SEP.

#### **EQUIPE DE LIAISON :**

Rue de Gozée, 706 – 6110 Montigny-le-Tilleul ☎ 071/92 24 89

La sclérose en plaques est une maladie neurologique auto-immune qui dégrade la gaine protectrice du système nerveux. Le système immunitaire du malade détruit la substance de la gaine appelée myéline qu'il considère étrangère à l'organisme. Le cerveau, la moelle épinière et les nerfs optiques sont les plus souvent touchés.

Les premiers symptômes les plus fréquents sont :

- > Les troubles sensitifs tels que les picotements, les engourdissements, les décharges électriques dans les membres parfois associés à une diminution ou perte de la sensibilité.
- > Les troubles de la marche et de l'équilibre.
- > Perte d'énergie, de dextérité, de force dans un membre.
- > Problèmes de vision.

La sclérose en plaques est une maladie complexe entraînant un dérèglement du système immunitaire, les causes de ce mécanisme conduisant à la formation des plaques sont encore inconnues bien que les études tendent à prouver un lien avec des facteurs environnementaux liés à l'enfance ainsi que des facteurs génétiques.

Il n'existe pas, non plus, de tests spécifiques pour le diagnostic de la sclérose en plaques, plusieurs facteurs, un questionnaire médical, une IRM ainsi qu'un examen clinique seront pratiqués par un neurologue.

La kinésithérapie reste le traitement le plus efficace pour la maladie. Un traitement médicamenteux peut être prescrit pour la forme rémittente de la maladie.

## **AU-DELÀ DES TABOUS, LA SEXUALITÉ CHEZ LES AÎNÉS...**

Le site internet espace seniors peut répondre à vos questions.

La sexualité chez les personnes âgées vivant à leur domicile ou en maison de repos ne doit pas être un sujet tabou, les seules limites pouvant être imposées sont les limites physiques suite aux changements que le corps éprouve au fil du temps.

Ces changements peuvent apporter un ressenti différent mais pas une perte de désir ou de plaisir.

En maison de repos certaines dispositions doivent être prises avec le personnel de l'établissement mais le respect de la vie privée, sexuelle et affective de la personne est une règle primordiale.

Mais surtout il ne faut pas oublier que, quel que soit l'âge, des vigilances sont à prendre lors des rapports et si la sexualité n'est pas un tabou, le dépistage de maladies sexuellement transmissibles ne doit pas l'être non plus.

Les hôpitaux ont à disposition des cliniques de la sexualité ou médecin, psychologue et sexologue sont présents pour vous écouter et vous conseiller.

Site internet: [www.espace-seniors.be](http://www.espace-seniors.be)

## 8.MOBILITÉ | TRANSPORTS

### SERVICE DU TEC



Service du TEC  
Place Verte à Charleroi

A partir de 65 ans, les usagers du TEC bénéficient de l'abonnement Horizon+65+, un abonnement donnant accès à l'ensemble du réseau TEC gratuitement ou à tarif préférentiel.

- > Vous avez au moins 65 ans et êtes **bénéficiaire de l'intervention majorée (BIM OMNIO VIPO)** : l'abonnement **Horizon+65+** vous est accordé **gratuitement** et vous permet de voyager sur **l'ensemble du réseau TEC**.
- > Vous avez au moins 65 ans et n'êtes **pas bénéficiaire de l'intervention majorée** : l'abonnement **Horizon+65+** annuel vous est accordé au **tarif préférentiel de 36€ par an**.

### COMMENT OBTENIR L'ABONNEMENT HORIZON+65+?

- > Pour obtenir cet abonnement, vous devez posséder une carte MOBIB. La carte MOBIB coûte 5€ et est valable pendant 5 ans.
- > La carte MOBIB est disponible :
  - > sur l'**E-SHOP**. Vous recevrez votre carte MOBIB par courrier deux jours ouvrables après son paiement. Une fois en possession de la carte, reconnectez-vous à l'E-SHOP pour acheter votre abonnement. Celui-ci sera disponible sur votre carte MOBIB le lendemain de son achat, sur présentation de votre carte devant un valideur ou un SELF.
  - > Dans les **ESPACE TEC**, sur présentation de votre pièce d'identité. Si vous ne possédez pas de numéro de registre national belge, veuillez vous munir d'une photo d'identité.
  - > Votre abonnement sera chargé directement sur votre carte MOBIB.

### VOUS BÉNÉFICIEZ DU STATUT BIM ?

Pour bénéficier de la gratuité (les frais de conception de la carte MOBIB restent dus), le TEC doit être en possession du justificatif de votre statut en cours de validité (carte d'intervention majorée délivrée gratuitement par la SNCB).

*\*Si vous vous rendez dans un **ESPACE TEC** pour obtenir votre abonnement, présentez votre carte d'intervention majorée au guichet.*

*\* Si vous demandez votre abonnement via l'**E-SHOP**, joignez un scan de votre carte d'intervention majorée via la rubrique "Mon statut".*

## COMMENT RENOUELER VOTRE ABONNEMENT 65+?

Différentes solutions s'offrent à vous pour renouveler votre abonnement 65+ :

- > Via les **SELF** (automates de vente).
- > Sur l'**E-SHOP** ou l'**E-SHOP** mobile.
- > Via **EASY PAY** (paiement par virement bancaire).
- > Dans les **ESPACES TEC**.

## SERVICE POUR LES PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE (PMR)

Le TEC veille également à l'accessibilité des autobus (au niveau de leur aménagement et de leurs équipements).


## COMMENT IDENTIFIER UN BUS ACCESSIBLE ?

Des pictogrammes bleus figurent sur l'avant des véhicules.

Si vous êtes dans l'impossibilité de vous déplacer via les lignes régulières, sachez que le TEC collabore avec des associations pour mettre à votre disposition, dans votre région, un service de transport.

## SERVICE SPÉCIAL PMR

### Contact

 : 071/23 41 15

Du lundi au vendredi de 6h30 à 18h30

Email : [info.ch@letec.be](mailto:info.ch@letec.be)

Le **service spécial PMR** est un service qui répond aux **demandes individuelles**. Il faut cependant que vous le **réservez à l'avance**. Ce service vous prend en charge sur le pas de votre porte et vous amène au plus près de votre destination finale. Le personnel de conduite spécialement formé à ces tâches vous fournit l'aide indispensable pour voyager en toute **sécurité** et tranquillité.

## SERVICE SPÉCIAL PMR ET SES AVANTAGES

- > Vous voyagez à bord de véhicules adaptés à vos besoins disposant d'un élévateur, d'un système d'ancrage des voitures, mains courantes.
- > Vous êtes pris en charge par des chauffeurs spécialement formés.
- > Vous bénéficiez du tarif TEC.
- > Vous empruntez le service gratuitement si vous détenez **un abonnement 65+**.
- > Vous pouvez vous faire accompagner par une personne de votre choix (celle-ci bénéficie de la gratuité sur présentation de la carte d'accompagnant délivrée par l'AWIPH).
- > Vous améliorez votre mobilité quotidienne vers les services médicaux, votre lieu de travail, les administrations, les commerces, les lieux de loisirs, ...

## SERVICE TEC – LIGNE CITY-BUS

Une réelle opportunité pour les personnes souhaitant se rendre au centre-ville ou dans les commerces de cette zone, sans encourir la fatigue d'une traversée de la Ville. Le City Bus sillonne le centre-ville à raison de deux bus par heure.

Toutes les infos relatives au City Bus et à l'ensemble du réseau TEC sont consultables sur [www.infotec.be](http://www.infotec.be)

INFOTEC: du lundi au vendredi de 6h30 à 18h30

☎ : 071/23 41 15

Vous pouvez utiliser la ligne city-bus avec votre abonnement Horizon+ 65+ (tarif préférentiel pour les 65+ au prix de 36€/an)



### LIGNE CITY BUS

Valable à partir du 13/03/2017



-  ARRÊT CITY BUS VILLE HAUTE
-  ARRÊT CITY BUS VILLE BASSE
-  MÉTRO
-  CORRESPONDANCES
-  VOITURES PARTAGÉES
-  POINT VÉLO
-  GUICHETS DE VENTE, DE SERVICE APRÈS-VENTE ET D'INFORMATIONS MOBILITÉ

Toutes les informations horaires sur [www.infotec.be](http://www.infotec.be)



## **SERVICE DE LA SNCB**

Vous avez plus de 65 ans ? Vous êtes privilégié ! Profitez d'un aller-retour en train à 7,20€

### **Supplément forfaitaire :**

Exemple: supplément Brussels Airport (Diabolo) de/vers l'aéroport = non inclus).

- > Aller-retour le même jour.
- > En semaine, dès 9h et le week-end, sans limite.
- > Partout en Belgique (à l'exception des points frontière).
- > Confort 1<sup>re</sup> classe à 15,30 €.

### **Quand pouvez-vous voyager ? Tous les jours de l'année**

Du lundi au vendredi inclus : à partir de 9h.

Samedi, dimanche, jours fériés tombant en semaine : sans restriction horaire.

### **Comment pouvez-vous présenter votre Senior Ticket à bord du train ?**

- > Sur l'écran de votre smartphone ou de votre tablette : toujours en poche pour le contrôle.
- > Sur votre carte d'identité (pour cela vous n'avez pas besoin de lecteur de carte spécial).
- > Sur papier car vous l'avez imprimé à la maison.

### **Le site et renseignement SNCB**

☎ : 02/525 26 31

Site internet : [www.belgiantrain.be](http://www.belgiantrain.be)

### **Où pouvez-vous vous procurer votre billet ?**

Au guichet mais aussi via L'app SNCB, via un automate, ou encore en ligne

Site internet : [www.belgiantrain.be](http://www.belgiantrain.be)

## **L'APP SNCB**

Avec l'App SNCB, atteignez votre destination en toute simplicité !

Téléchargez l'application sur votre gsm, elle est gratuite et vous permet de planifier votre voyage, d'acheter vos billets, de suivre votre train en temps réel... Tout cela du bout des doigts.

### **Vos infos de voyage partout, tout le temps :**

Planifiez votre trajet de porte à porte en train, tram, métro et bus, vous disposez de toutes les infos en temps réel sur les départs et arrivées, dérangements..., vous recevez des notifications si votre train est en retard ou en cas de changement de voie.

### **Votre billet, toujours sous la main...**

- > Choisissez votre trajet et votre ticket ou renouvelez un ancien achat
- > Payez facilement avec votre mode de paiement favori
- > Enregistrez vos données de paiement et recevez votre billet encore plus rapidement la prochaine fois.



## LES AUTOMATES

Que ce soit pour acheter un billet ou renouveler votre abonnement, l'automate est une solution simple et rapide. Le paiement se fait par carte ou en espèces. Les automates sont disponibles dans toutes les gares et il suffira de quelques étapes avant de pouvoir poursuivre votre voyage.

- > Facile d'utilisation notamment grâce à un dialogue de vente convivial.
- > Présélection des favoris, produits et des destinations selon les points de vente.
- > Modes de paiement : cartes de débit et de crédit mais aussi les pièces de monnaie.
- > Pour la carte MOBIB : prolongation et contrôle de la période de validité de vos abonnements.
- > Achat de la plupart des B-Excursions.
- > Achat et renouvellement de votre abonnement B-parking.



*Automate*

### L'automate est-il en service ?

Contactez le Customer Service SNCB

**☎ : 02/555 25 25 (7h-21h30)**

Ou via le **formulaire de contact** en ligne

Pour savoir si l'automate qui est dans votre gare est opérationnel, observez la petite lampe LED située dans le coin supérieur gauche de la machine. Si celle-ci est verte cela signifie que l'automate est en service.

Que faire en cas de problèmes techniques?

L'automate est en cours de redémarrage (écran noir ou figé), dégâts (vandalisme, graffitis, salissures), erreur lors de l'achat (date erronée, tarif, ...), non réception du billet après paiement, ...

S'il n'y a aucun guichet ouvert et aucun automate disponible, il vous faudra acheter un billet au **"Tarif à bord"** (prix du billet +€ 7) auprès de l'accompagnateur de votre train.

Prenez ensuite contact avec le Service Clientèle pour demander le remboursement du supplément **"Tarif à bord"**

**☎: 02/555 25 25 (7h-21h30)**

ou via le **formulaire de contact**.

## **ALTEO MOBILITÉ - TRANSPORT EN VOITURE SANITAIRE (MÉDICALISÉ)**

### **Contact**

Du lundi au vendredi de 9h à 12h

**☎ : Numéro d'appel unique 070/21 00 13**

Des volontaires actifs dans le domaine de l'entraide à domicile donnent de leur temps en fonction de leur disponibilité pour accomplir diverses MISSIONS :

- > Accompagner un malade à une consultation médicale, à un examen, et/ou des traitements divers, à l'hôpital, chez un spécialiste ou dans une polyclinique...
- > Accomplir des démarches administratives (banque, mutuelle, administration communale...).

### **Pour qui ?**

Les personnes en perte d'autonomie (partielle ou permanente), âgées, malades, invalides qui ne savent pas se déplacer seul(e).

### **Les conditions :**

- > 0,36€/km (le volontaire compte ses kilomètres à partir de son domicile).
- > Etre membre de l'ASBL et payer une cotisation de 14€/an.
- > Faire sa demande au moins 3 jours avant la date de votre prise en charge.
- > Le paiement se fait directement au chauffeur sauf exception (personnes sous administration de biens...).

**ATTENTION → Les volontaires utilisent leur propre véhicule, ils ne peuvent donc pas accompagner les personnes en voiturette électrique ou en voiturette permanente.**

## **POUR LES PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE**

Des véhicules adaptés (avec élévateur, marchepieds, sangles...) assurent le transport vers des lieux de soins, de loisirs...

### **Pour qui ?**

Les personnes en FAUTEUIL ROULANT (manuel ou électrique). Il n'y a pas d'ACCOMPAGNEMENT.

Si nécessaire, la personne doit trouver elle-même un accompagnant ; le trajet est gratuit pour ce dernier

### **Les conditions :**

- > 0,36€/km de porte à porte
- > Cotisation annuelle de 14€ /an
- > Faire la demande au moins 8 jours à l'avance
- > Paiement via facture

### **Transport en voiture sanitaire (MEDICALISÉE)**

Le service "transport non-urgent des patients" a pour but d'intervenir dans les frais de transport non urgent en ambulance, véhicule sanitaire léger.

**Se renseigner auprès de sa mutuelle.**

## 9. PENSION

### PENSION DE RETRAITE

En Belgique, l'âge légal de la pension est de 65 ans, tant pour les hommes que pour les femmes. Celui-ci sera porté à 66 ans en 2025 et à 67 ans en 2030.

Le paiement des prestations sociales (maladie, chômage, régime de chômage avec complément d'entreprise) est arrêté lorsque l'âge légal de la pension est atteint. Celui qui bénéficie d'une telle prestation sociale se voit donc contraint de prendre sa pension à l'âge légal.

Il est conseillé d'introduire votre demande de pension **un an avant d'atteindre l'âge de la pension**.



### BON À SAVOIR...

Votre dossier de pension en ligne : [mypension.be](https://mypension.be) est le portail des pensions en ligne pour toute l'information personnalisée concernant la pension légale et complémentaire.

Vous souhaitez savoir ce qu'il en est de votre pension ?

[mypension.be](https://mypension.be) dispose d'un accès sécurisé.

- > Quand puis-je prendre ma pension ?
- > Quel sera le montant de ma pension ?
- > Et si j'arrêtais de travailler plus tôt ? Etc.

Pour accéder à toutes ces informations, connectez-vous à l'aide de votre carte d'identité électronique.

Pour cela, vous avez besoin de votre code PIN et d'un lecteur de carte d'identité (eID)

Lien utile: <https://mypension.onprvp.fgov.be>

### OÙ INTRODUIRE SA DEMANDE DE PENSION ?

Si vous résidez en Belgique, vous pouvez le faire via :

**[www.demandepension.be](https://www.demandepension.be)**

- > Permanence à l'Administration communale de votre lieu de résidence principale.
- > Les bureaux du Service fédéral des Pensions (SFP) : À la Tour du Midi – 1060 BRUXELLES.
- > Ou dans un bureau régional : Rue de Dampremy, 73, 1<sup>er</sup> étage – 6000 Charleroi.

**☎ : 071/20 15 60 – 071/20 15 61**

Email : [charleroi@sfpd.be](mailto:charleroi@sfpd.be)

**NB : le bureau et les permanences sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.**

**Vous avez une carrière mixte ?**

- > Les trois institutions de pension : l'ONP, l'INASTI et le SDPSP, vous accueillent dans le **Pointpension** situé rue de Dampremy, 73, 1<sup>er</sup> étage à 6000 Charleroi. Le 2<sup>e</sup> et le 4<sup>e</sup> mardi du mois de 10H à 11H30.

## **LE PAIEMENT DES PENSIONS**

### **Contact**

**OFFICE NATIONAL DES PENSIONS (ONP)**

**☎ : 0800/ 502 56**

Site internet : [www.onprvp.fgov.be](http://www.onprvp.fgov.be)

**INSTITUT NATIONAL D'ASSURANCES SOCIALES POUR TRAVAILLEURS INDÉPENDANTS (INASTI)**

**☎ : 02/546 42 11**

Le paiement des pensions est effectué soit par :

- L'Office national des Pensions (ONP), en cas de carrière comme travailleur salarié ou indépendant.
- Le Service public fédéral Finances (Service central des dépenses fixes-Pensions ou SCDF-Pensions), en cas de carrière dans la fonction publique.
- L'Office de sécurité sociale d'outre-mer (OSSOM), pour les pensions des personnes qui ont travaillé hors de l'Union européenne, la Norvège, l'Islande, le Liechtenstein et la Suisse et qui ont cotisé auprès de cette institution.

## **PENSION DE SURVIE**

### **Contact**

**SPF FINANCES**

**☎ : 02/572 57 57**

Site internet : [www.finances.belgium.be](http://www.finances.belgium.be)

**OFFICE NATIONAL DES PENSIONS (ONP)**

**☎ : 0800/502 56**

Site internet : [www.onprvp.fgov.be](http://www.onprvp.fgov.be)

**INSTITUT NATIONAL D'ASSURANCES SOCIALES POUR TRAVAILLEURS INDÉPENDANTS (INASTI)**

**☎ : 02/ 546 42 11**

Site internet : [www.inasti.be/fr](http://www.inasti.be/fr)

### **lien utile**

Site internet : [Belgium.be](http://Belgium.be) - Pensions et fin de carrière

Percevoir une pension de survie :

- Si votre conjoint décédé bénéficiait ou pouvait prétendre à une pension de retraite, vous pouvez obtenir une pension de survie.
- Les conditions seront différentes pour les travailleurs salariés, les fonctionnaires ou les indépendants.

**Attention : si vous souhaitez continuer une activité professionnelle, cela devra se faire sous certaines conditions et en respectant les plafonds prévus.**

## **PENSION DE CONJOINT DIVORCÉ**

### **Une question? [mypension.be](http://mypension.be)**

Vous êtes divorcé(e) ? Vous avez peut-être droit à une pension de retraite calculée sur la base de la carrière salariée de votre ex-conjoint(e). Vous pouvez cumuler cette pension avec votre pension de retraite personnelle.

Office national des pensions (ONP)

### **Les conditions**

Pour avoir droit à une pension de conjoint divorcé, vous devez :

- > Pouvoir bénéficier de votre pension de retraite.
- > Ne pas être déchu(e) de l'autorité parentale.
- > Ne pas avoir été condamné(e) pour avoir attenté à la vie de votre ex-conjoint.
- > Ne pas être remarié(e), sauf si ce nouveau mariage a été dissous après un décès ou un divorce.

### **La demande**

Vos droits à une pension de conjoint divorcé sont examinés automatiquement lorsque vous demandez votre propre pension.

## **PENSION DE CONJOINT SÉPARÉ**

### **Une question? [mypension.be](http://mypension.be)**

En cas de séparation de fait, vous pouvez bénéficier d'une partie de la pension de votre conjoint sous certaines conditions. Dans certains cas, votre demande sera examinée d'office à vos droits à une pension de conjoint séparé.

### **La séparation de fait est la situation où :**

- > Pouvoir bénéficier de votre pension de retraite.
- > Ne pas être déchu(e) de l'autorité parentale.
- > Ne pas avoir été condamné(e) pour avoir attenté à la vie de votre ex-conjoint.

La demande de pension de conjoint séparé se fait comme une demande de pension de retraite.

Si votre conjoint n'a jamais réclamé sa pension malgré le fait qu'il ait atteint l'âge de 65 ans, vous pouvez introduire une demande à sa place.

## **GRAPA (GARANTIE DE REVENUS AUX PERSONNES AGÉES)**

La GRAPA est une prestation qui a pour but d'offrir une aide financière aux personnes âgées ne disposant pas de moyens suffisants pour assurer leur subsistance. Elle peut être obtenue en complément d'une pension ou non.

L'âge requis pour obtenir cette prestation est fixé à 65 ans tant pour les hommes que pour les femmes. Celui-ci sera porté à 66 ans à partir de 2025 et à 67 ans à partir de 2030. Une GRAPA s'obtient après un examen approfondi des moyens d'existence du demandeur et du conjoint ou du cohabitant légal éventuel. Le demandeur doit également répondre à des conditions d'âge, de nationalité et de résidence.

De plus amples informations sont disponibles via le lien Service fédéral des Pensions (SFP) La GRAPA.

### **Introduction de la demande**

Le bénéficiaire peut, comme dans le régime de pension, introduire la demande de 3 manières :

- Au près de l'administration communale où il a sa résidence principale (en personne ou par l'intermédiaire d'un mandataire)
- Au près de l'Office National des Pensions (en personne ou par l'intermédiaire d'un mandataire)
- Via le site internet : **[www.demandepension.be](http://www.demandepension.be)**

## **MEDIATION POUR LES PENSIONS**

Le service de Médiation Pensions traite les plaintes à propos des pensions légales qui sont attribuées ou payées par les services de pensions fédéraux aux salariés, indépendants et fonctionnaires. Les plaintes peuvent porter sur la fixation de la pension, le paiement et le montant de la pension.

### **Introduction de la plainte**

#### **Par la poste**

#### **SERVICE DE MÉDIATION PENSIONS**

WTC III

Boulevard Simon Bolivar, 30 Boîte 5 – 1000 Bruxelles

**☎ : 02/274 19 90**

Email : Par courrier électronique : [plainte@mediateurpensions.be](mailto:plainte@mediateurpensions.be)

Site internet : [www.mediateurpensions.be](http://www.mediateurpensions.be)

## 10. LOISIRS | CULTURE | VOLONTARIAT

### MUSÉES

#### MUSÉE DU VERRE

##### SITE DU BOIS DU CAZIER

Rue du Cazier, 80 – 6001 Marcinelle

☎ : 0496/ 59 92 14

Email : mdv@charleroi.be

Site internet : [www.charleroi-museum.be](http://www.charleroi-museum.be)



*Salle d'exposition du Musée du Verre*



*Salle d'exposition du Musée du Verre*

#### **Art, Histoire et technique du verre, ... De l'antiquité à nos jours.**

Le Musée du Verre de Charleroi présente une spécificité toute particulière en Wallonie.

Espace privilégié de rencontre entre le passé et l'avenir de la matière du verre, il est aussi la mémoire vivante de l'histoire du verre en Wallonie, dont la richesse fait partie intégrante de la construction de l'identité de la région.

Préserver cette histoire mais aussi la valoriser constituent l'une des missions essentielles de l'institution.

Entrez dans le monde du verre, sur le site du Bois du Cazier, à Marcinelle!

#### **Ouverture**

Du mardi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h à 17h

Le week-end de 10h à 12h30 et de 13h à 18h .

#### **Tarif senior :**

7€ pour tout le site.

## FUTUR MUSÉE DES BEAUX-ARTS...

**EN 2022 :**  
**ANCIENNES ÉCURIES DEFELD**

Boulevard Mayence – 6000 Charleroi

☎ : En attente (en 2022)

Site internet : [www.charleroi-museum.be](http://www.charleroi-museum.be)



*Visite guidée avec un groupe de seniors/Ancien Musée des Beaux-Arts.*



*Futur Musée des Beaux-Arts*

Un déménagement aux anciennes Écuries de la Caserne Defeld situées Boulevard Mayence est prévu pour 2022.

Le bâtiment Defeld est un bâtiment historique qui date de 1887, il était alors destiné à accueillir la cavalerie de la gendarmerie et plus tard la police jusqu'en 2012.

Le redéploiement du Musée des Beaux-Arts dans les anciennes Écuries Defeld va marquer profondément l'identité de l'institution. Les missions muséales spécifiques de collecte et de conservations, d'étude et de gestion, d'exposition et de communication du patrimoine pourront se développer pleinement dans un bâtiment sur mesure, doublé d'une situation géographique exceptionnelle.

Toute l'équipe est à pied d'œuvre pour préparer ce déménagement. Dès à présent, chaque corps de métier s'investit sans la "mue" du Musée des Beaux-Arts : le secteur scientifique, l'administration, la médiation culturelle.

Curieux et passionnés de tous âges, le musée vous fixe d'ores et déjà rendez-vous en 2022, pour (re)découvrir ses merveilles, dans un nouvel espace d'exploration et d'expérimentation!



## MUSÉE DE LA PHOTOGRAPHIE DE CHARLEROI

### ADRESSE

Avenue Paul Pastur 11 – 6032 Mont-sur-Marchienne

☎ : 071/43 58 10

Email : [mpc.info@museephoto.be](mailto:mpc.info@museephoto.be)

Site internet : [www.museephoto.be](http://www.museephoto.be)

Le Musée de la Photographie est le plus vaste musée d'Europe consacré à la photographie.

Installé dans un ancien édifice religieux, le musée regroupe une collection de plus de 80 000 photographies dont plus de 800 photos en exposition permanente et 3 millions de négatifs.

### Ouverture

Du mardi au dimanche inclus de 10h à 18h.

Tarif senior: 5€



*Le Musée de la Photo - Ancien Carmel*

## LE BOIS DU CAZIER

### ADRESSE

Rue du Cazier 80 – 6001 Marcinelle

☎ : 071/88.08.56

Email : [info@leboisducaziers.be](mailto:info@leboisducaziers.be)

Site internet : [www.leboisducaziers.be](http://www.leboisducaziers.be)

Le BDC, en forme abrégée de "Société anonyme des Charbonnages du Bois du Cazier à Marcinelle".

Inscrit en 2012 sur la Liste du Patrimoine mondial de l'UNESCO comme site minier majeur de Wallonie, l'ancien charbonnage du Bois du Cazier est aujourd'hui un site culturel et de mémoire incontournable qui illustre la condition et l'immigration ouvrière.

Au sud de Charleroi, le Bois du Cazier est un lieu culturel incontournable sur fond de patrimoine industriel. Lors de la visite du site des anciens charbonnages et du mémorial, vous y trouverez également les collections permanentes et temporaires de différents musées. En 2017, le site du BDC a été inscrit au label du Patrimoine Européen.



*Le Bois du Cazier*

## BPS22

### ADRESSE

Boulevard Solvay 22 b – 6000 Charleroi

☎ : 071/27 29 71

Email : [info@bps22.be](mailto:info@bps22.be)

Site internet : [www.bps22.be](http://www.bps22.be)

Le BPS22 est le Musée d'art de la Province de Hainaut.

Le BPS22 programme des expositions temporaires, monographiques ou collectives, qui privilégient les formes d'art centrées sur l'actualité sociétale et les phénomènes culturels caractéristiques de notre époque.

Il se distingue par sa programmation insolite et vous accueille dans un édifice de verre et de fer datant de 1911.

Le musée se présente comme un lieu hybride, composé de 2 espaces aux volumes impressionnants.

- > Une grande salle de 1000m<sup>2</sup> ayant conservé son aspect "industriel".
- > Une seconde aile de 800m<sup>2</sup> qui ressemble à une white box moderne.

### Ouverture

Du mardi au dimanche de 10h à 18h en période d'exposition.

Tarif senior : 4€



## CENTRE DE CULTURE SCIENTIFIQUE DE L'ULB

### ADRESSE

Rue de Villers 227 – 6010 Couillet

☎ : 071/ 60 03 00 | 071/ 21 24 00 (durant les heures d'ouverture)

Email : [ccsinfo@ulb.ac.be](mailto:ccsinfo@ulb.ac.be)

Site internet : [www2.ulb.ac.be/ccs-nouveau](http://www2.ulb.ac.be/ccs-nouveau)

Le Centre de Culture Scientifique de l'ULB propose des expositions temporaires sur des thèmes variés, des expériences interactives pour éveiller les sens et la réflexion, un espace sur les biotechnologies, une classe multimédia, des soirées d'observation du ciel grâce au télescope du site et un parcours environnement.

### Ouverture

Du lundi au vendredi de 9h30 à 17h30 (sans interruption).

Et le 1<sup>er</sup> et 3<sup>e</sup> dimanche du mois de 10h à 18h.

Tarif senior : 4€



Centre de Culture Scientifique de l'ULB Charleroi

## MUSÉE DES CHASSEURS À PIED

### CASERNE TRÉSIGNIES

Avenue Général Michel 1b – 6000 Charleroi

☎ : 071/30 07 48

Email : [conservateur.musee@chasseurs-a-pied-belges.be](mailto:conservateur.musee@chasseurs-a-pied-belges.be)

Site internet : [www.chasseurs-a-pied-belges.be/musee/musee.htm](http://www.chasseurs-a-pied-belges.be/musee/musee.htm)

Ancien édifice militaire de l'infanterie, la Caserne Trésignies abrite aujourd'hui un musée dédié aux valeureux Chasseurs à pied.

Ce musée rassemble un patrimoine unique en Belgique, provenant des douze Régiments de Chasseurs à Pied, parmi lesquels beaucoup de Chasseurs ont payé de leur sang le prix de cette liberté dont bénéficie la population belge.

Le musée des Chasseurs à pied, une visite dans l'histoire de l'armée belge !

### Ouverture

Lundi uniquement sur rendez-vous

Jeudi de 14h à 17h – Samedi de 10h à 13h

Tarif senior: 4€

## PÔLE PATRIMOINE ET ARCHÉOLOGIE DE CHARLEROI

### ADRESSE :

Rue de Montigny, 101 – 6000 Charleroi

☎ : 071/ 86 22 62

Email : [archeologiecharleroi@gmail.com](mailto:archeologiecharleroi@gmail.com)

Site internet : [www.facebook.com/archeologie.charleroi.9](http://www.facebook.com/archeologie.charleroi.9)

Géré par la Société royale d'archéologie, d'histoire et de paléontologie de Charleroi asbl.

Depuis 1863, elle recherche, étudie et tente de protéger les différentes traces qui témoignent du passé de la Ville et de ses environs.

Au fil des années, sa collection de documents, objets et archives historiques et archéologiques en fait un acteur incontournable de la mémoire historique de Charleroi.

Aujourd'hui encore, cette association œuvre pour une meilleure connaissance de l'histoire locale via des visites guidées, des publications. Le musée archéologique est actuellement en cours de réaménagement.



*Salle d'exposition*

## **CINEMAS**

### **QUAI10**

Quai Arthur Rimbaud, 10 (ancien Quai de Brabant) – 6000 Charleroi

☎ : 071/31 71 47

Site internet : [www.quai10.be](http://www.quai10.be)

**Tarif senior:** + de 65 ans : 7€

**Le Quai10 est doté de 4 salles** entièrement numérisées et à la pointe des technologies du son et de l'image..

- > Outre les projections de films, un volet éducatif avec des séances pédagogiques, des cinés-clubs, des séances accessibles aux personnes malvoyantes ou malentendantes.
- > Volonté de faire écho aux différents projets culturels de la région.
- > Avec en plus : **La salle du Ciné "Le Parc"** qui est intégrée au projet Quai10 et reste bien évidemment ouverte au public

### **CÔTÉ PARC**

Rue de Montigny, 58 – 6000 Charleroi

☎ : 071/31 71 47

Site internet : [www.quai10.be](http://www.quai10.be) (Même site que Quai10)

### **PATHÉ CHARLEROI**

Grand' Rue, 141 – 6000 Charleroi

☎ : 071/28 04 28

Site internet : [www.pathe.be/Browsing](http://www.pathe.be/Browsing)

**15 salles** avec un choix de films en 3D, 4DX, Imax.

Mais aussi des événements comme "ladies night", etc.

## **BIBLIOTHÈQUES**

Le réseau des bibliothèques de Charleroi est géré par la Ville de Charleroi et la Province de Hainaut.

Il met en place des actions de promotion de la lecture et de l'écriture dans toutes les communes de l'entité.



### **CHARLEROI**

#### **BIBLIOTHÈQUE A. RIMBAUD**

Boulevard Defontaine, 35

☎ : 071/31 58 89

Email : bibliotheque.arthurrimbaud@charleroi.be

##### **Horaire**

Lundi de 10h à 17h

Mardi, mercredi, jeudi et vendredi de 10h à 18h

Samedi de 9h à 13h

#### **BIBLIOTHÈQUE LE RAYON**

Rue de Marcinelle, 30

☎ : 0484/39 80 09

Site internet : [www.vecteur.be](http://www.vecteur.be)

##### **Horaire**

Mercredi et vendredi de 15h à 19h

#### **BIBLIOTHÈQUE ALFRED LANGLOIS**

(bibliothèque de l'UT)

*Organisée par la Province de Hainaut, la bibliothèque participe au réseau de lecture publique de Charleroi.*

Boulevard Roullier, 1

☎ : 071/53 13 33

##### **Horaire**

##### **Espace Adultes et documentation**

Lundi, mercredi et vendredi de 8h30 à 18h

Mardi et jeudi de 13h à 18h

Samedi de 8h30 à 12h30

##### **Espace informatique**

Lundi, mercredi et vendredi de 13h00 à 18h00

Samedi de 8h30 à 12h30

### **COUILLET**

#### **BIBLIOTHÈQUE "A LA QUEUE LEULEU"**

Route de Philippeville, 306

Email : bib.couilletqueue@charleroi.be

##### **Horaire**

Lundi de 16h à 18h

Mercredi de 10h à 12h30 et de 13h30 à 17h

Jeudi de 16h à 18h

### **DAMPREMY**

#### **BIBLIOTHÈQUE E. FOURCAULT**

Rue des Français, 147

☎ : 071/23 98 84

Email : bib.dampremy@charleroi.be

##### **Horaire**

Mercredi de 14h à 17h

Vendredi de 14h à 17h

### **GILLY**

#### **BIBLIOTHÈQUE P. VERLAINE**

Place Destrée, 9

☎ : 071/41 31 68

Email : verlaine.jeune@charleroi.be

##### **Horaire**

Mardi et jeudi de 14h à 18h

Mercredi de 13h à 17h

Jeudi de 14h à 18h

Vendredi de 13h à 17h

Samedi de 9h à 13h

## GOSSELIES

### BIBLIOTHÈQUE L'AVENIR

Rue Saint-Roch, 81A

☎ : 071/37 48 52

Email : bib.gosselies@charleroi.be

#### Horaire

Mercredi et Vendredi de 13h à 17h

Jeudi de 14h à 18h

Samedi de 9h à 13h

## GOUTROUX

### BIBLIOTHÈQUE LA TAILLE AUX LOUPS

Rue de Leernes, 247

☎ : 071/54 26 96

Email : bib.goutroux@charleroi.be

#### Horaire

Mercredi de 14h30 à 18h

Samedi de 10h à 13h

## JUMET

### BIBLIOTHÈQUE LA MADELEINE

Rue Ledoux, 23A

Email : bib.jumetmadeleine@charleroi.be

#### Horaire

Lundi de 16h à 18h

Mercredi de 10h à 12h et de 13h à 17h

Vendredi de 15h à 17h

## MARCHIENNE-AU-PONT

### BIBLIOTHÈQUE M. YOURCENAR

CHÂTEAU DE CARTIER – Place Albert 1<sup>er</sup>, 38

☎ : 071/86 56 27

Email : bib.marchienne1@charleroi.be

#### Horaire

Mercredi de 10h à 12h et 15h30 à 17h30

Jeudi de 15h à 19h

Vendredi de 15h à 17h

## MARCINELLE

### BIBLIOTHÈQUE J. DESTRÉE

Avenue E. Mascaux, 70

☎ : 071/47 16 64

Email : bib.marcinelledestree@charleroi.be

#### Horaire

Mercredi de 14h à 18h

Vendredi de 14h à 17h

Samedi de 10h à 13h

## MONCEAU-SUR-SAMBRE

### BIBLIOTHÈQUE EL MONCHA D'LIVES

Rue des Combattants, 64

Email : bib.monceau@charleroi.be

#### Horaire

Mercredi de 14h à 17h

Vendredi de 15h à 17h

Samedi de 9h à 12h

## MONT-SUR-MARCHIENNE

### BIBLIOTHÈQUE DU CHÂTEAU

Rue du Château, 3

☎ : 071/43 16 40

Email : bib.montsurmarchienne@charleroi.be

#### Horaire

Mardi de 15h à 18h

Vendredi de 14h à 17h

Samedi de 10h à 13h

## RANSART

### BIBLIOTHÈQUE AU FIL DES PAGES

Rue des Carabiniers, 18

Email : bib.ransart@charleroi.be

#### Horaire

Mardi de 15h à 18h

Vendredi de 14h à 17h

## ROUX

### BIBLIOTHÈQUE LE MOULIN AUX LIVRES

Rue A. Lepage, 10

☎ : 0475/44 51 02

Email : bib.roux@charleroi.be

#### Horaire

Mercredi de 14h à 17h

Jeudi de 10h à 13h

Vendredi de 14h à 18h

## DÉTENTE

### **CHARLEROI DANSE**

#### **ADRESSE**

Boulevard P. Mayence, 65C – 6000 Charleroi

☎ : 071/20 56 40

Email : [contact@charleroi-danse.be](mailto:contact@charleroi-danse.be)

Site internet : [www.charleroi-danse.be](http://www.charleroi-danse.be)

Centre chorégraphique de la Fédération Wallonie-Bruxelles, Charleroi Danse propose une programmation ambitieuse et internationale à travers ses saisons et ses événements.

Charleroi Danse est issu de l'ancien Ballet Royal de Wallonie et s'est orienté de manière radicale vers la création contemporaine. Charleroi Danse possède deux salles de spectacles en plus de 3 studios dédiés à la création contemporaine.

Tarif réduit pour les + de 60 ans.

### **PALAIS DES BEAUX-ARTS**

#### **ADRESSE**

Place du Manège – 6000 Charleroi

☎ : 071/31 12 12

Email : [info@pba.be](mailto:info@pba.be)

Site internet : [www.pba.be](http://www.pba.be)

Le Palais des Beaux-Arts propose à chaque saison une programmation diversifiée, au travers de près d'une centaine de manifestations, tous registres confondus, axée principalement sur des productions internationales de théâtre, de danse ou de cirque.

### **L'EDEN**

#### **ADRESSE**

Boulevard J. Bertrand, 1-3 – 6000 Charleroi

☎ : 071/20 29 95

Email : [info@eden-charleroi.be](mailto:info@eden-charleroi.be)

Site internet : [www.eden-charleroi.be](http://www.eden-charleroi.be)

L'Eden, Centre culturel mais aussi Centre d'expression et de créativité.

Ancien théâtre du centre-ville de Charleroi, on y retrouve un mélange à travers ses saisons, de concerts, rencontres/débats, théâtre, scènes ouvertes, spectacles pour petits et grands... Toutes ces propositions touchent chaque année plus de 55.000 personnes. À côté de sa dimension de diffusion de spectacle, l'Eden consacre beaucoup d'énergie à soutenir les pratiques artistiques en amateur et à stimuler l'expression et la créativité. Que ce soit en organisant des stages, ateliers et workshops ou en apportant une dimension créative et culturelle à plusieurs projets portés par la ville.

## LA RUCHE THÉÂTRE

### ADRESSE

Avenue Marius Meurée, 1 – 6001 Marcinelle

☎ : 0473/ 39 00 82

Email : [laruchetheatre.be](mailto:laruchetheatre.be)

Site internet : [www.laruchetheatre.be/](http://www.laruchetheatre.be/)

La Ruche Théâtre propose une offre extrêmement diversifiée théâtre d'auteur et de divertissement, musique sous toutes ses formes telles que jazz, rock, pop, chanson française, .... improvisation, humour.

## LA MAISON DU CONTE DE CHARLEROI

### ADRESSE

Boulevard J. Tirou, 53 – 6000 Charleroi

☎ : 0475/64 95 38

Email : [maisonducontecharleroi@gmail.com](mailto:maisonducontecharleroi@gmail.com)

Site internet : [www.contecharleroi.be/](http://www.contecharleroi.be/)

Espace de parole et de création, partages d'imaginaires... Animations, spectacles, ateliers et formation autour du conte... Des couleurs au Pays Noir!

## LE POCHE THÉÂTRE DE CHARLEROI

### ADRESSE

Rue du Fort, 70 – 6000 Charleroi

☎ : 0493/76 67 55

Email : [info@lepoche.be](mailto:info@lepoche.be)

Site internet : [www.lepoche.be/](http://www.lepoche.be/)

Situé à Charleroi, le Poche Théâtre est un charmant petit théâtre d'une centaine de places. Convivialité, qualité et diversité, c'est un lieu culturel incontournable à Charleroi.

## LE VECTEUR

### ADRESSE

Rue de Marcinelle, 30 – 6000 Charleroi

☎ : 071/27 86 78

Email : [info@vecteur.be](mailto:info@vecteur.be)

Site internet : [www.vecteur.be/](http://www.vecteur.be/)

Implanté à Charleroi Ville basse, le Vecteur avec sa partie bibliothèque appelée le Rayon et sa partie galerie vous propose un vaste programme de concerts, des rencontres littéraires, d'expositions, installations ou encore des workshops.



## IMPROCAROLO

### ADRESSE

Avenue Général Michel, 1 – 6000 Charleroi

☎ : 0478/95 39 90

Email : [contact@improcarolo.be](mailto:contact@improcarolo.be)

Site internet : [www.improcarolo.be/](http://www.improcarolo.be/)

Des spectacles, des formations, des cours, ... Le théâtre d'improvisation à Charleroi.

Improviser? Cela s'apprend! ... Des cours accessibles à tous, sont animés par des coachs expérimentés qui vous font découvrir toutes les subtilités de cette discipline.

## THÉÂTRE DE L'ANCRE

### ADRESSE

Rue de Montignies, 122 – 6000 Charleroi

☎ : 071/31 40 79

Email : [info@ancre.be](mailto:info@ancre.be)

Site internet : [www.ancre.be/](http://www.ancre.be/)

Le Théâtre de l'Ancre de Charleroi décloisonne les arts pour offrir au public une grande variété de spectacles tout en mélangeant théâtre, danse, poésie, musique ou encre vidéo...

Tarif réduit pour les + de 65 ans.

## COMÉDIE CENTRALE

### ADRESSE

Rue du Grand Central, 33 – 6000 Charleroi

☎ : 071/30 50 30.

Site internet : [www.comediecentrale.com/](http://www.comediecentrale.com/)

Le théâtre du Comédie Centrale de Charleroi propose des spectacles de qualité d'artistes reconnus comme André Lamy, Stefan Cuvelier, Richard Ruben, etc.

Des spectacles d'humour toute l'année, accueille les plus grands noms du "one man show" belge et français ainsi que des pièces théâtre.

Un lieu définitivement incontournable dans la région, si vous voulez passer une bonne soirée.

Les spectacles ont lieu du mercredi au dimanche.

## THÉÂTRE MARIGNAN

### ADRESSE

Boulevard J. Tirou, 53 – 6000 Charleroi

☎ : 071/20 29 95

Email : [info@theatremarignan.be](mailto:info@theatremarignan.be)

Site internet : [www.theatremarignan.be/](http://www.theatremarignan.be/)

“Vrai” lieu artistique, le théâtre Marignan redevenu un lieu culturel incontournable du centre-ville, s’inscrit dans le patrimoine culturel carolo et accueille entre autres, des artistes tels que Laurence Bibot, Kody, Guillermo Guiz ou encore Jérôme de Warzée... Mais aussi des productions musicales, de l’impro ainsi que du conte.

## ACTIVITÉS DE LOISIRS PROPOSÉES PAR LE SERVICE DES AÎNÉS DE LA VILLE DE CHARLEROI

### Contact

#### SERVICE DES AÎNÉS

Place Kennedy, 1 – 6030 Marchienne-au-Pont

☎ : 071/86 56 07

Email : [isabelle.baudoux@charleroi.be](mailto:isabelle.baudoux@charleroi.be)

Site internet : [www.charleroi.be/senior](http://www.charleroi.be/senior)

Vous trouverez tous les détails sur le site

Voici toutefois un aperçu de quelques activités :



*Activités avec le Service des Aînés*

## ACTIVITÉS MUSICALES

Vous aimez chanter et danser? Vous trouverez de quoi occuper vos loisirs au sein des chorales, music-hall, orchestre, flûtes à bec, danses de salon et modernes.

- Music-Hall, danse en ligne, danse disco, chorale, danse country, flûtes à bec, orchestre...



*Activités dans les centres avec le Service des Aînés en partenariat avec le CPAS*

## VIE PRATIQUE

Technique du "pergamano" et travail du verre méthode "tiffany", mosaïque, colliers de perles, artisanat, patchwork, bricolage ou l'art de la récupération.

- > Meubles en carton, pyrogravure sur bois, origami, atelier de bricolage, artisanat libre, powertex, couture, broderie, scrapbooking, cuisine, ...



## ACTIVITÉS GRAPHIQUES

Vous êtes artiste "en herbe" ou "averti" : rejoignez un groupe de dessin, peinture ou encore de peinture sur soie.

- > Peinture acrylique ou à l'huile, peinture/ dessin/aquarelle, peinture sur soie, aquarelle et aquarelle débutant, ...



## MAIS AUSSI D'AUTRES ACTIVITÉS TELLES QUE :

- > Jeux de cartes (belote, whist, briscola, scopa, ...).
- > Scrabble.
- > Pétanque.
- > Echecs.
- > Activités de bien-être (relaxation des yeux, massage des mains, sophrologie, ...).
- > Cours de langues (allemand, néerlandais, anglais, espagnol, Italien, esperanto).
- > Activités techniques (photographie, vidéo, informatique).
- > Activités autres (œnologie, généalogie, ...).



*Activités dans les centres avec le Service des Aînés en partenariat avec le CPAS*

**NB: merci de bien vouloir contacter le service des Aînés ☎ : 071/86 56 07 avant de vous rendre à votre activité pour éviter un déplacement inutile comme par exemple: une animation supprimée ou reportée.**

## **SPORTS**

Le Service des Aînés, c'est plus de 27 locaux répartis sur le territoire de Charleroi.

Dédiés à la pratique d'activités de loisirs. Il vous sera aisé d'en fréquenter un ou plusieurs de votre choix, à proximité de votre domicile.

### **BOWLING**

#### Horaire

2 fois par mois

Suivant annonce dans le Charleroi Senior ou au ☎ 071/86 56 07

### **YOGA**

#### COMPLEXE DE L'ASIE

Rue de l'Asie, 4 – 6001 Marcinelle

#### Horaire

Lundi, mardi, mercredi et vendredi de 10h30 à 11h30

### **DO-IN**

#### CENTRE DU SPIGNAT

Rue du Spignat, 93/00/1  
6030 Marchienne-au-Pont

Le Do-in est une technique d'auto-massage sur les méridiens et points d'acupuncture et d'exercices corporels.

#### Horaire :

Mercredi de 14h à 16h (1x/Mois - 2 groupes)

### **GYM DOUCE**

#### CEME DAMPREMY

Rue des Français, 147 – 6020 Dampremy

#### Horaire

Mercredi de 10h45 à 11h45

### COMPLEXE DE L'ASIE

Rue de l'Asie, 4 – 6001 Marcinelle

#### Horaire

Jeudi de 10h45 à 11h45

### **MARCHES**

Selon les annonces parues dans le Charleroi Senior ou ☎ 071/86 56 02

### **MASSAGE DES MAINS**

#### MARCHIENNE-AU-PONT

Centre Victor Hachez, 35  
6030 Marchienne-au-Pont

#### Horaire

Jeudi de 9h30 à 11h30

1fois par mois selon le Charleroi Seniors



Activités avec le Service des Aînés

## RELAXATION PAR LES YEUX

### **MARCHIENNE-AU-PONT**

Centre Victor Hachez, 35  
6030 Marchienne-au-Pont

#### **Horaire :**

Vendredi 9h30 à 11h30

1 fois par mois selon le Charleroi Seniors



*Activités dans les centres avec le Service des Aînés  
en partenariat avec le CPAS*

**\*Toutes ces activités sont sur inscription.**

**NB: merci de bien vouloir contacter le service des Aînés ☎: 071/86 56 07 avant de vous rendre à votre activité pour éviter un déplacement inutile comme par exemple: une animation supprimée ou reportée.**



## BON À SAVOIR...

### JARDINER

- Est une activité extérieure qui permet de faire de l'exercice de manière douce.
- C'est aussi une manière de lutter contre l'apparition de l'ostéoporose.
- Jardiner est également bon pour le moral!

### Quelques trucs pour jardiner en toute sécurité

- Commencer par s'étirer avant de jardiner.
- Ne pas trop forcer et ne pas vouloir aller trop vite, au risque de vous blesser.
- Au soleil, pensez à vous protéger en portant des lunettes de soleil et un chapeau, pensez également à la crème solaire.
- Limitez le temps d'exposition au soleil.
- Consommez régulièrement de l'eau.
- Placez des dalles ou pensez à créer un chemin plat permet de réduire considérablement les risques de glissades et de chutes.
- Utilisez des outils pourvus de manches longs ou télescopiques pour ne pas trop se baisser.

## NATATION

### PISCINE HÉLIOS

Rue de Montigny, 103 – 6000 Charleroi

☎ : 071/86 22 66

Email : [bernard.thiry@charleroi.be](mailto:bernard.thiry@charleroi.be)

Site internet : [www.rca-charleroi.be/](http://www.rca-charleroi.be/)

### CHARLEROI-LES-BAINS

#### COMPLEXE AQUATIQUE DE MARCINELLE-LOVERVAL

Allée des Cygnes, 1 – 6280 Loverval

☎ : 071/29 74 02 | 071/29 74 18

Email : [secretariat@rca.charleroi.be](mailto:secretariat@rca.charleroi.be)

Site internet : [www.rca-charleroi.be/](http://www.rca-charleroi.be/)





## ÉNÉOSPORT

Rue du Drouaire, 40 – 6150 Anderlues

☎ : 071/54 83 99

Email : [charleroi@eneosport.be](mailto:charleroi@eneosport.be)

Site internet : [www.eneosport.be/](http://www.eneosport.be/)

Créée en 1976 et reconnue par l'ADEPS depuis 1979, ÉnéoSport demeure, à ce jour, l'unique association sportive de loisirs spécifiquement dédiée aux aînés en Fédération Wallonie-Bruxelles.

L'association a pour but la promotion et l'organisation de la pratique sportive des aînés sous toutes ses formes en Communauté française.

### Activités proposées

#### CYCLO CHARLEROI

La devise du cercle Cyclo Evasion est de pratiquer le vélo dans une ambiance de convivialité et de solidarité. Le port du casque est obligatoire et le port d'un habit fluo est conseillé.

Les sorties se font aussi bien en vélo ordinaire qu'en vélo électrique.

### Contact

MADAME FRANCINE CROIN

☎ : 0495/70 57 70



## GYMNASTIQUE

### CONTACTS CHARLEROI

Madame Dereymaeker

☎ : 071/41 73 45

Madame Damman

☎ : 0491/13 84 55

### CONTACT COUILLET

Madame Squilbin

☎ : 071/96 74 44

### CONTACT GILLY

Madame Sculteur

☎ : 071/41 15 69

Madame Verzwymelen

☎ : 071/31 14 43

### CONTACT GOSELIES

Madame Bruneel

☎ : 071/35 90 31

### CONTACT MONTIGNIES-SUR-SAMBRE

Madame Godeaux

☎ : 071/32 00 34

## MARCHE

### CONTACT CHARLEROI

Monsieur Tordoir

☎ : 0498/25 82 98

### CONTACT GILLY

Madame Devaert

☎ : 0472/20 51 06

### CONTACT MONCEAU-SUR-SAMBRE

Madame Hennau

☎ : 0494/86 41 13

## MARCHE D'ORIENTATION

### Contact

Monsieur Feron

☎ : 071/43 08 34

## MARCHE NORDIQUE

### Contact

Monsieur Hubert

☎ : 071/50 37 78

## PILATES

Gymnastique douce qui allie une respiration profonde avec des exercices physiques.

### Contact:

Monsieur De Simon

☎ : 0473/93 98 26

D'autres activités sont également proposées, telles que :

- > Pétanque
- > Qi Gong
- > Tai Chi
- > Tennis de Table
- > Yoga
- > Zumba Gold

## PLUS D'INFORMATIONS ?

Consultez le site  
[charleroi@eneosport.be](mailto:charleroi@eneosport.be)



## HAINAUT SENIORS

### Contacts et renseignements

#### UNIVERSITÉ DU TEMPS DISPONIBLE

ERIC VANDEVOORDE

Rue de la Broucheterre, 52b – 6000 Charleroi

☎ : 071/53 15 28

Email : hainautseniors.charleroi@hainaut.be

#### COULEUR SANTÉ

SONIA PACHOLYK

Rue de Marcinelle, 10 – 6000 Charleroi

☎ : 071/50 01 69

Email : couleurs.sante.hainaut@gmail.com

Depuis les années 70, la Province de Hainaut développe une politique en faveur des seniors, destinée à "ajouter de la vie aux années". L'un des objectifs d'Hainaut Seniors est de garder bonne forme et bon moral.

### ZUMBA

Adresse | Contact :

HAINAUT SENIORS

### TONIFICATION

#### ASSOUPPLISSEMENT MUSCULAIRE

Adresse | Contact :

HAINAUT SENIORS

### DAO YIN

Adresse | Contact :

COULEURS SANTÉ

Mouvements traditionnels élaborés et assemblés selon les règles de la médecine traditionnelle chinoise. Le Dao Yin comprend également de nombreux enchaînements de mouvements s'adressant aux différents systèmes énergétiques du corps.

### TAIJI QUAN

Adresse | Contact :

COULEURS SANTÉ

Le Taiji quan ou Tai-chi est un art martial chinois souvent pratiqué pour des raisons de santé et de longévité.

### GYMNASTIQUE

Adresse | Contact :

COULEURS SANTÉ

### TENNIS DE TABLE

Adresse | Contact :

COULEURS SANTÉ

### YOGA

Adresse | Contact :

COULEURS SANTÉ

### MARCHE

Adresse | Contact :

COULEURS SANTÉ

### RANDONNÉE CYCLISTE

Adresse | Contact :

COULEURS SANTÉ

### RANDONNÉE PÉDESTRE

Adresse | Contact :

COULEURS SANTÉ

### MARCHE NORDIQUE

Adresse | Contact :

COULEURS SANTÉ

## ESPACE SENIORS

### Adresse | Contact

Place Charles II, 24 – 6000 Charleroi

☎ : 071/50 78 12

Email : [espaceseniors.charleroi@solidaris.be](mailto:espaceseniors.charleroi@solidaris.be) – Site internet : [www.espace-seniors.be](http://www.espace-seniors.be)

L'Espace Seniors, membre du réseau associatif et socio-sanitaire de Solidaris, est une association ouverte à tous les seniors. Espace Seniors s'adresse aux personnes de 55 ans et +.

**A DÉCOUVRIR > Balade nature.** Aux éternels amoureux de la nature, aux aventuriers dans l'âme...

**GRATUIT > 1 mardi par mois de 9h à 16h**

## PLATEFORME SOLIDAIRE DE CHARLEROI

### Adresse | Contact

Email : [www.impactdays.co/charleroisolidaire/](http://www.impactdays.co/charleroisolidaire/)

☎ : 071/86.76.21

En cette période de pandémie, nombreuses sont les personnes qui ont besoin d'un coup de main pour faire leurs courses, aller à la pharmacie ou promener leur chien. Mais il y a aussi, heureusement, autant de gens qui ne demandent qu'à être bénévoles. Pour les réunir, la Ville de Charleroi et le Centre Ener'J ont lancé une plate-forme en ligne intitulée Charleroi Solidaire. Elle permet autant d'offrir que de demander de l'aide.

### **Un site pour donner ou recevoir de l'aide**

Trouver en quelques clics comment proposer son aide, ou quelqu'un pour vous rendre un service. C'est le but de cette nouvelle plateforme intitulée Charleroi Solidaire. Une initiative de la Ville de Charleroi et du Centre Ener'J. Une plate-forme qui permet aux bénévoles de proposer leurs services. Et à ceux qui en ont besoin, de demander de l'aide.

**Pratiquement**, rendez-vous sur: [www.impactdays.co/charleroisolidaire/](http://www.impactdays.co/charleroisolidaire/).

Selon que vous vouliez devenir bénévole ou que vous recherchez de l'aide, suivez l'onglet adéquat, ou les boutons proposant une aide pour les courses, pour promener le chien, aller à la pharmacie,... Et la plateforme met bénévole et personne à aider en contact, au plus près de chez les personnes concernées.

Un numéro de téléphone est aussi accessible pour ceux qui n'ont pas la possibilité de compléter le formulaire en ligne, c'est le **071/86 76 21**, du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h à 16h.



### **BON À SAVOIR...**

On parle de volontariat, lorsqu'il est spécifiquement question d'activités visées par la loi de 2005 relative aux droits des volontaires. Selon la loi, le volontariat consiste en une activité qui ne fait l'objet d'aucune rétribution, obligation ou recherche d'un profit personnel. Elle s'exerce en dehors du cadre familial et à travers une organisation.

## TÉLÉ-ACCUEIL

### Contact

Secrétariat entre 9h et 17h (16h, le vendredi)

☎ : 071/47 50 34

Email : [teleaccueil.charleroi@gmail.com](mailto:teleaccueil.charleroi@gmail.com)

Site internet : [www.teleaccueilcharleroi.be/](http://www.teleaccueilcharleroi.be/)

Télé-Accueil est un service d'aide par téléphone. Il offre une écoute anonyme et gratuite aux personnes en difficulté.

A Télé-Accueil Charleroi, une soixantaine d'écouterants de tout horizon se relaient au bout du fil 24h/24, 365 jours par an.

Ce service est en permanence à la recherche de candidats et recrute des personnes riches de qualités humaines, disponibles et prêtes à s'investir dans un bénévolat.

Le candidat qui souhaite s'engager à Télé-Accueil participe, après un entretien de sélection avec la Directrice, à une formation d'une durée totale d'une cinquantaine d'heures réparties sur 2 à 3 mois.

Celle-ci débouchera sur une évaluation par le candidat d'une part et par les formateurs d'autre part.

A cette formation de base, succède un stage pratique accompagné par un des formateurs, suivi d'une évaluation.

Ensuite, le candidat signera un contrat de collaboration dans lequel il s'engage à prêter un minimum de 14 heures d'écoute par mois. L'engagement sera d'une durée d'un an minimum.

## DONNER DE LA VIE À L'ÂGE

### Contact

ASBL Senoah

Email : [gaelle.gallet@senoah.be](mailto:gaelle.gallet@senoah.be) ou [info@senoah.be](mailto:info@senoah.be)

L'asbl Senoah veut créer des occasions de solidarité entre des personnes de plus de 60 ans.

Habitant d'un même quartier, une même localité, etc. Des petits coups de pouce, coups de mains divers, des petites attentions à l'effet papillon offerts par des bénévoles seniors à d'autres seniors. Créer un lien de proximité et égalitaire, des occasions de rencontres, d'entraide et d'échanges.



### BON À SAVOIR...

Si vous êtes à la recherche d'autres types de volontariat, vous pouvez également consulter le guide social.

Liens : [www.pro.guidesocial.be/benevolat/](http://www.pro.guidesocial.be/benevolat/)

## 11. SOUHAITS DE FIN DE VIE

### TESTAMENT

#### IL EXISTE TROIS TYPES DE TESTAMENTS

- Le testament authentique ou notarié est un acte dressé par un notaire. Le testateur dicte ses volontés au notaire, devant deux témoins ou d'un deuxième notaire.
- Le testament olographe : c'est-à-dire écrit impérativement à la main par le testateur, daté et signé.
- Le testament international : il doit être écrit ou dactylographié, signé par le testateur devant 2 témoins qui attesteront que le testament a bien été signé et ensuite, remis au notaire.

Tout testament, écrit à la main ou dicté à un notaire, doit être enregistré par ce dernier à une banque de données "registre central des testaments".

On peut modifier son testament à tout instant jusqu'au dernier moment pour autant que l'on respecte les formes précitées.

Lien utile : [www.notaire.be](http://www.notaire.be)

### DONATION

A condition de respecter la réserve attribuée au conjoint survivant et aux descendants et de ne pas se dépouiller soi-même, il peut être consenti aux futurs héritiers l'une ou l'autre libéralité, comme :

- Une donation immobilière qui requiert un acte notarié et est soumise à des droits de donation. Le notaire vous conseillera aussi quant à la solution à envisager. Il vaut mieux se renseigner avant afin d'éviter de payer trop de frais de succession après.
- Une donation d'argent ou titres qui ne donne lieu qu'à des droits de donation libératoires.

Lien utile : [www.notaire.be](http://www.notaire.be)

### SUCCESSION

Suite au décès d'un proche, une des premières démarches consiste à contacter le notaire.

Le notaire effectuera les premières démarches pour vérifier l'existence d'un testament éventuel.

Il assistera ensuite les héritiers pour le déblocage des comptes en banques, la gestion des biens du défunt, la déclaration fiscale de succession, le partage et la liquidation de la succession.

## **DÉCÈS DU CONJOINT – DÉMARCHES...**

Cet évènement douloureux nécessite de nombreuses formalités administratives à accomplir.

- > Obtenir le certificat de décès établi par le médecin.
- > Se rendre au Service des Décès sis à l'étage de la Maison communale annexe de Marcinelle pour acter la déclaration ou prendre contact avec les pompes funèbres qui, le plus souvent, se chargent de la déclaration et de l'obtention des certificats et extraits d'actes de décès.
- > Informer la (les) banque(s) du défunt.
- > Informer le notaire.
- > Informer les compagnies d'assurances, l'employeur du défunt, les organismes de pension, la mutuelle/caisse d'assurance maladie, la caisse d'allocations familiales (en cas d'enfants bénéficiaires).
- > Informer le propriétaire de l'immeuble loué par le défunt ou le locataire du lieu mis en location par le défunt.
- > Informer la division d'immatriculation des véhicules (si la plaque est au nom du défunt), la compagnie du téléphone, de télédistribution, du gaz, de l'électricité, des eaux.

## **DON D'ORGANES ET DON DU CORPS À LA SCIENCE**

### **DON D'ORGANES**

- > Si vous êtes belge ou domicilié en Belgique depuis plus de 6 mois, la loi autorise le prélèvement de vos organes après votre décès, sauf si :
- > Vous exprimez explicitement votre refus de votre vivant via un formulaire dûment rempli et adressé à l'Administration communale.
- > Votre famille proche (enfants, parents ou conjoint) s'y oppose.

### **DON DU CORPS À LA SCIENCE**

- > L'intéressé doit exprimer cette volonté dans un document écrit de sa main, daté et signé, en conserver copie et adresser l'original à l'hôpital universitaire de son choix.
- > Aucune forme particulière n'est requise, pourvu que la manifestation de la volonté soit claire et sans équivoque.
- > L'hôpital enverra généralement au donateur un accusé de réception ou une fiche à joindre à sa carte d'identité, de telle sorte que les proches ou les héritiers de l'intéressé soient informés.
- > Pour éviter une surprise éventuelle ou un conflit familial au moment du décès, il est vivement conseillé au donateur de parler de sa décision à ses proches.
- > Il est prudent aussi d'en avertir son notaire, voire le cas échéant, l'hôpital ou la maison de repos.

## **EUTHANASIE**

### **ASSOCIATION POUR LE DROIT DE MOURIR DANS LA DIGNITÉ.**

#### **Contact général**

Avenue Plasky, 144/Boîte 3 – 1030 Bruxelles

☎ : 02/502 04 85

#### **Contact Charleroi**

### **MADAME MICHÈLE DELOYER**

Rue Goor, 40 – 6061 Montignies-sur-Sambre

☎ : 0472/25 37 08

- > Toute personne peut faire enregistrer auprès d'une administration communale une déclaration anticipée en matière d'euthanasie répondant aux conditions fixées par la législation en vigueur. Ladite déclaration peut être faite à tout moment et être révisée ou retirée.
- > Depuis le 2 Avril 2020, la validité de la demande est désormais à durée indéterminée.
- > L'enregistrement de la déclaration est facultatif. Si elle n'a pas été enregistrée, elle est parfaitement valable.
- > Le formulaire de déclaration anticipée est disponible au service Population/Etat civil.
- > Il doit être complété par le demandeur et doit être signé par deux témoins majeurs dont un au moins n'ayant aucun intérêt matériel au décès du demandeur.
- > Des questions? Vous pouvez contacter votre administration communale.

## **SOINS PALLIATIFS, ACCOMPAGNEMENT**

### **Contact**

#### **EQUIPE DE SOUTIEN EN SOINS PALLIATIFS CHARLEROI SUD-HAINAUT (ARÉMIS)**

Espace Santé Boulevard Zoé Drion, 1 – 6000 Charleroi

☎ : 071/48 95 63

Email : [aremis.charleroi@skynet.be](mailto:aremis.charleroi@skynet.be)

#### **EQUIPE DE SOUTIEN EN SOINS PALLIATIFS CHARLEROI SUD-HAINAUT (ARÉMIS)**

Site internet : [www.soinspalliatifs.be](http://www.soinspalliatifs.be)

Les soins palliatifs remettent à l'avant-plan des notions essentielles, telles que l'échange, l'écoute, le respect avec la famille et les soignants, pour que la douleur physique et morale s'efface au profit d'une fin de vie apaisée.

Pour les soins palliatifs à domicile, une aide financière peut être octroyée par les mutuelles dans certaines conditions.

Tout salarié ou agent de la fonction publique peut obtenir une interruption de carrière en vue de prodiguer des soins palliatifs.

## 12. EN SÉCURITÉ CHEZ VOUS, QUELQUES CONSEILS

### SERVICE PRÉVENTION DES DÉLITS

#### Adresse | Contact

Rue Tumelaire, 80 – 6000 Charleroi

☎ : 071/86 15 47

Email : spd@charleroi.be

Le service Prévention des Délits accompagne le citoyen dans les démarches relatives au dossier de prime communale dans le cadre de la sécurisation des habitations particulières.

Il accompagne également les personnes ne disposant pas du matériel nécessaire pour déclarer leur système d'alarme, mais uniquement les mercredis entre 9h et 12h.

#### **QUELQUES CONSEILS DE PRUDENCE :**

- > Installer une chaîne à votre porte.
- > Avant de laisser une personne entrer chez vous, lui demander son identité.
- > Vous quittez votre maison pour faire une course ou passer la journée en-dehors de votre maison? Verrouillez portes, fenêtres, garage, laissez la radio allumée et une petite lumière (comme si vous étiez présent dans la maison).
- > Vous partez en balade? Prévenez quelqu'un de votre déplacement (un voisin de confiance, la famille, ...).
- > Vous partez plusieurs jours? Verrouillez portes, fenêtres, garage, laissez la radio allumée, faites relever votre courrier (boîte aux lettres) régulièrement, prévenez un voisin de confiance, la famille de la durée de votre absence, vous pouvez également faire appel à la police qui fera un passage régulier afin de vérifier qu'il n'y a rien d'anormal.



#### **BON À SAVOIR...**

##### **QUELQUES CONSEILS POUR RÉDUIRE LES RISQUES D'ARNAQUE SUR LE NET**

- Utilisez des mots de passe forts et uniques.
- Ne communiquez JAMAIS votre mot de passe à une personne inconnue.
- Variez les mots de passe selon les différents sites que vous utilisez.
- Choisissez un mot de passe unique pour l'ensemble de vos comptes est une mauvaise idée car en cas de piratage de l'un d'entre eux, tous les autres risqueront d'être affectés.
- Choisissez à chaque fois un mot de passe avec au moins 8 caractères, composé de chiffres et de lettres, de minuscules et de majuscules et éventuellement des symboles comme par exemple : ?!+
- Ne cliquez jamais sur un lien qui semble douteux.
- Sécurisez les réseaux sans fil.
- Vérifiez que l'adresse du site commence bien par "https"
- Installez un antivirus.
- Restez méfiant lors de réception d'un mail réclamant des informations relatives à vos comptes en banque, compte client... Les organismes financiers et les administrations ne demandent jamais d'informations personnelles par courrier électronique.

## EDITÉ EN 2021

Une initiative du Service des Aînés de la Ville de Charleroi en partenariat avec le CPAS.

Ce guide est évolutif et sera réédité à fréquence régulière.

CE GUIDE VOUS EST PROPOSÉ GRATUITEMENT.


Vous pouvez vous le procurer auprès des :

### **SERVICE DES AÎNÉS :**

Maison Communale annexe

Place Kennedy, 1


6030 Marchienne-au pont

 : 071/86 56 07

### **LA MAISON DES AÎNÉS :**

Rue Montal, 6

6000 Charleroi

 : 071/36 30 05

### PHOTOS:

*Ville de Charleroi, CPAS, Musée de la Photographie, Centre de Culture Scientifique,  
Pôle Patrimoine et Archéologique de Charleroi, Bois du Cazier, BPS22*



*L'homme jeune marche plus vite que l'ancien...  
Mais l'ancien connaît la route !*

*(Parole d'un vieux sage).*

