

## CONFERENCE CHU CHARLEROI LE 7/11/2018.

Bonjour à toutes et à tous,

Je vous présente en quelques mots mon parcours et l'association dont je fais partie.

En 2000, à l'âge de 48 ans, j'ai été victime d'un AVC (plus précisément une rupture d'anévrisme au cerveau) avec de graves séquelles : une hémiplégie totale gauche, pour ma chance « gauche » car je suis droitière et je n'ai pas perdu l'usage de la parole. En plus de cette hémiplégie, j'ai des troubles de la concentration (je vous prie d'ailleurs de m'en excuser car je perds facilement le fil de mes idées).

Après une telle épreuve, la vie est complètement changée. En effet, il faut tout réapprendre (s'asseoir, marcher, se laver, s'habiller, faire à manger, etc, etc...) tout à une seule main.

Après 4 longues années de rééducation chez Vésale, j'étais à nouveau autonome et pendant cette rééducation, j'ai rencontré un patient qui comme moi avait eu un AVC et faisait partie d'un groupe d'entraide, il en était d'ailleurs un des administrateurs. Il m'a souvent demandé d'intégrer le groupe mais j'étais assez réticente (éloignement Brabant Wallon et me retrouver avec des handicapés).

Après avoir repassé mon permis de conduire et adapté ma voiture, j'ai finalement décidé de devenir membre du GEH (Groupe d'Entraide pour Hémiplégiques).

Le GEH existe depuis près de 22 ans. C'est une association qui compte +/- une centaine de membres et dont le siège social se trouve à Grez-Doiceau et compte une dizaine d'antennes en Wallonie et à Bruxelles (Bruxelles – Mons – Liège – Arlon – Wavre – Ottignies – Namur – Nivelles - Charleroi)

### L'objectif est de :

- Briser le désarroi et le sentiment d'isolement de l'Hémi et de son entourage.
- Etre un soutien psychologique et émotionnel
- Donner tout type d'information pouvant contribuer à une meilleure qualité de vie de l'hémi et à son intégration dans la société.

### Ce que nous proposons :

- Ecoute, assistance et conseils téléphoniques, informations, brochures et documentation.
- 2 revues périodiques : l'Hémi-lien – bulletin trimestriel  
Le petit Hémi-Lien – bulletin mensuelle
- Nous organisons des réunions-rencontres mensuelles avec thème (exemple : Solival avec différentes aides techniques – aides à la marche ou différentes orthèses – présentation sur les huiles essentielles, etc...
- Nous organisons également différentes activités : visites, excursions (en car adapté), barbecue de l'été, la fête de la musique, le goûter de Noël et notre traditionnel dîner annuel.
- Plus récemment, nous avons développé notre site internet [www.geh-asbl.be](http://www.geh-asbl.be) ainsi qu'une page facebook.
- Nous sommes également à l'origine de plusieurs initiatives :  
Le rouge de honte : pour le respect des emplacements réservés aux PMR (petite affichette à poser sur le pare-brise des véhicules qui squotent les places pour PMR) avec l'aide de la LUSS.  
Bandes dessinées humoristiques pour sensibiliser les enfants à la problématique du handicap.

Et pour tout cela, nous n'avons aucun subside. Nous ne disposons que des montants des cotisations de nos membres et de quelques dons. Pour alimenter nos caisses, nous avons organisé une récolte de bouchons que nous revendons à une société qui les transforme.

Grand merci pour votre attention

Mireille Croes