

ÇA SE PASSE

Et si on communiquait vrai ?

Le Centre de planning familial le "37" organise deux cycles de deux journées de formation qui vous permettront d'améliorer vos relations aux autres. Pour vous affirmer de façon plus adaptée, le "37" vous propose des outils concrets à découvrir en groupe. A l'aide d'exercices interactifs, individuels ou collectifs et de situations fictives, cet atelier vous aidera à mieux communiquer "vrai".

Pour qui ? Pour tous.

Quand ? Les mardis 9 et 16 juin ou les jeudis 20 et 27 août de 9h15 à 16h30.

Où ? Au "37", rue Saint-Gilles 29 à 4000 Liège.

PAF : 35 EUR pour les deux journées.

Inscriptions préalables indispensables : 04/223.77.89.

Chasseurs ailés, précieux rapaces

Conférence organisée par l'UCP au cours de laquelle M. Demarche abordera le thème de ces oiseaux particuliers.

Où ? A la CSC, rue Grande Bèche 56 à 4020 Liège.

Quand ? Le mercredi 13 mai à 14h.

PAF : 3 EUR.

Renseignements et inscriptions : 04/343.53.25 ou 04/252.72.18.

Comment aborder le thème des oiseaux ?

Une sortie sur le terrain sans être ornithologue confirmé, accompagnée d'activités diverses vous fera aborder le monde fascinant des oiseaux, avec l'association Education-Environnement.

Où ? Rendez-vous à salle de l'Escale à 4130 Esneux.

Quand ? Le samedi 16 mai de 9 à 17h.

PAF : 15 EUR.

Renseignements : 04/250.75.00 ou formation@education-environnement.be

Infections nosocomiales : fatalité ou challenge ?

Malgré la maîtrise de technologies médicales toujours plus performantes, comment expliquer actuellement, l'existence de plus en plus fréquente d'infections nosocomiales (c'est-à-dire liées aux soins et au milieu hospitalier) ?

Utilisant son expérience de clinicien et de médecin hygiéniste au CHR de la Citadelle de Liège, le Docteur Éric Firre, tentera d'expliquer les causes de ces infections à l'origine de complications médicales parfois graves. La conférence sera suivie d'un débat.

Où ? A la salle Sainte-Marie, rue de l'Yser 236 à 4430 Ans (à coté de l'église Sainte-Marie - arrêt bus lignes n°12, 75, 84 et 88 - parking aisé).

Quand ? Le mardi 26 mai à 14h30.

PAF : 3 EUR (café offert après le débat).

Renseignements : 04/263.63.47 après 20h.

GSM : danger ?

Les comités de quartier du Laveu, de Fragnée-Blonden et des Hadrènes, le Collectif de lutttes antennes GSM et le groupe de Péville organisent une conférence-débat sur les dangers des rayonnements électromagnétiques et l'évolution des législations.

Cette conférence sera animée par André Vander Vorst (professeur émérite à l'UCL), Isabelle Simonis (députée PS et bourgmestre), Christine Defraigne (sénatrice MR), Bernard Westphael (député Ecolo) et Benoît Dreze (léchevin cdH).

Où ? Au Cercle, rue des Wallons 45 à 4000 Liège.

Quand ? Le mardi 19 mai à 20h.

PAF : entrée gratuite.

Renseignements : 04/252.65.23.

Expositions au Préhistosite de Ramioul

L'association "SOS Mémoire de Liège" propose de découvrir deux expositions originales présentées par le Préhistosite de Ramioul.

La première s'inscrit dans l'année Darwin, le célèbre naturaliste à l'origine de la théorie de l'évolution. Un préhistorien et un artiste contemporain confronteront leurs points de vue lors d'un parcours mystérieux dans la grotte de Ramioul.

La seconde nous fera découvrir la prodigieuse collection Louis Eloy - passionné d'archéologie des années 30 - rassemblant nombre de vestiges, témoins de l'occupation humaine de nos régions, de la Préhistoire au Moyen Âge.

Où ? Rendez-vous à l'entrée du site, rue de la Grotte 128 à 4400 Flémalle.

Quand ? Le samedi 13 juin à 14h.

PAF : 5,50 EUR par adulte, 4,80 EUR pour les seniors, 4,50 EUR pour les enfants.

Renseignements et réservations : réservation nécessaire au 04/275.49.75.

GROS PLAN SUR

en-Vies

"Il n'y a pas de gêne à être malheureux, mais il serait gênant de ne rien faire pour aller mieux", telle est la devise des cinq fondateurs liégeois de l'asbl en-Vies, premier Centre belge pluridisciplinaire de mieux vivre, d'aides aux victimes et de formations. Elle se présente.

Troubles alimentaires, du sommeil, du stress, de communication, dépression, burn-out, dépendances (à l'alcool, à Internet, à une personne manipulatrice), mais aussi traumatismes en tous genres, les symptômes du mal-être sont aussi nombreux que banalisés dans notre société. La crise actuelle et les peurs qui en découlent risquent d'aggraver encore la situation.

Face aux risques de dépendances, de "dérèglements du stress" vers la violence ou la déprime ou de dérives sectaires ou extrémistes, une solution globale et positive s'imposait : aider les personnes "mal dans leur vie" à réagir pour "aller mieux" : pas seulement en cas de traumatisme, de perte d'un proche, de harcèlement... mais également dans tous les cas où "ça bloque dans l'existence". Comment ? En simplifiant la vie des personnes en souffrance, tout en les motivant à "repartir de l'avant".

Une structure

Après 10 ans de préparation inspirée des meilleurs exemples dans le monde, le Centre a ouvert ses portes le 1<sup>er</sup> septembre dernier à Liège.

En-Vies propose, dans de superbes locaux, des aides variées complémentaires aux services déjà mis en place en Province de Liège.

- > Accueil personnalisé, confidentiel et gratuit, informations sur les services existant déjà dans la Province.
- > Bibliothèque spécialisée et prêts de livres mais aussi conférences et formations en lien avec l'objet social, donc pour tous les soucis de la vie mais avec des compétences supplémentaires pour les victimes et leurs proches (accidents, agressions, harcèlements, violences intrafamiliales...).
- > Partenariats avec certains services complémentaires dont le Barreau de Liège, la Police, les services d'accueil du Parquet, ce qui permet d'orienter "juste" et d'obtenir depuis le Centre en-Vies la désignation d'un avocat pro deo, l'introduction de documents tels qu'une déclaration de personne lésée ou une requête à la Commission d'Aide aux Victimes d'Actes Intentionnels de Violence, la mise en route de règlements collectifs de dettes... ce qui économise l'énergie et l'argent du justiciable.

Enfin, pour aider celles et ceux qui se lancent dans une nouvelle vie d'indépendant quel que soit leur âge, le Centre en-Vies propose temporairement des locaux et donc une adresse "le temps de constituer une clientèle permettant de s'installer définitivement chez soi".

Des compétences

Grâce à ses professionnels venus d'horizons divers, sélectionnés pour leur sérieux et leurs compétences, en-Vies c'est encore et surtout de nombreuses solutions dont nous ne citerons comme exemples, tant il y a de services, que le soutien à la planification financière, les consultations juridiques par des avocats du Barreau de Liège (avec droit de suite du dossier), les médiations en toutes matières par des avocats médiateurs agréés avec relais en interne vers des spécialistes de la communication et/ou de la systémique, le travail sur soi et sur sa vie avec des psychologues, sexologues, nutrithérapeutes, accompagnants, sophrologues, mais encore le travail rendant une place au corps avec des ostéopathes, spécialistes du Reiki, réflexologie, drainages lymphatiques et massages thérapeutiques.

Toujours accompagné par des spécialistes compétents, chacun peut puiser le courage d'aller de l'avant, cultiver à nouveau le positif, échanger de bonnes idées en intégrant des groupes de parole tels que celui des "survivants ou poly-fracturés et leurs proches" chaque mardi ou celui des "je-dis-papote" chaque jeudi.

Pour "comprendre" et donc "souffrir moins", voire commencer sa route vers la guérison, une fois par mois une spécialiste explique en une soirée le stress post-traumatique et ses symptômes à ceux qui "se sentent différents" depuis un sinistre, un accident, une agression et aux proches qui veulent comprendre le traumatisme (ses symptômes et ses conséquences sur la personnalité). Une fois par mois également, une psychologue explique la dépendance, complétant ainsi les différents groupes tenus au Centre en matières d'alcoolisme, de cyberdépendance...

Comme sport et art font partie du "goût de la vie", en-Vies accueille : > des professeurs connus pour leur sérieux pour des cours ouverts à tous et quel que soit l'âge (cf. yoga, Qi gong, Biodanza, gestion du stress...), > des expositions de peintures et sculptures (cimaises prêtées gratuitement aux artistes).



Le positif entraîne le positif

Parmi de nombreux autres services, nous soulignerons une particularité découlant de la volonté des professionnels du Centre en-Vies de ne jamais victimiser ou étiqueter les personnes qui s'y présentent. En-Vies offre donc sa philosophie et l'ambiance de ses locaux aménagés en oasis de paix et de douceur non seulement à "qui ne va pas bien" mais à "tout qui veut aller mieux". Jusqu'à présent, de nombreuses personnes ne trouvaient pas d'échos à leurs besoins. D'autres personnes n'auraient jamais osé fréquenter certaines structures de peur d'être "cataloguées". D'autres enfin se sentaient incomprises, en insécurité, seules, voire abandonnées par "le système". Avec en-Vies, le système positif et global mis en place permet à chacun de s'y retrouver sans être jugé.

En-Vies propose, dans de superbes locaux, des aides variées complémentaires aux services déjà mis en place en Province de Liège.

Retrouver le goût du partage et ainsi se resocialiser progressivement, toutes générations et classes sociales confondues telle est l'ambition des fondateurs qui ajoutent que "le positif entraîne le positif".

En pratique

Au Centre, certains services sont gratuits, comme l'accès à la bibliothèque spécialisée, l'accueil et l'écoute..., d'autres se font pour quelques euros, comme les conférences, débats ou cours collectifs, d'autres, enfin, se font au barème habituel du professionnel indépendant consulté mais les personnes financièrement en difficulté ne contribuent que partiellement (parfois à concurrence d'un tiers) aux consultations "payantes". Ceci leur garantit l'accès à toutes les aides mais non à la gratuité totale (l'assistanat n'aidant personne à "s'investir" pour aller de l'avant). Le Centre ouvre du lundi au samedi : > sans rendez-vous de 13 à 17h, > sur rendez-vous de 8h30 à 21h30.

Adresse et contact : boulevard d'Avroy 87 à 4000 Liège, 04/223.25.45 - info@en-vies.be www.en-vies.be