

LE GUIDE DES SÉNIORS



Mesdames, Messieurs,

La commune de Malmedy a pris la décision en 2016 de participer à l'étude-pilote wallonne pour le développement de démarches type « Villes et communes amies des aînés ». Il faut savoir que plus de 25% de la population malmédienne a plus de 60 ans. Cette étude passe en particulier par l'implication des aînés. Je remercie les membres du CCCA qui ont été à la rencontre d'environ 40 personnes âgées de plus de 55 ans afin de connaître leurs souhaits et leurs besoins pour aujourd'hui et pour demain avec comme objectif de les relayer vers le politique qui pourra ainsi orienter ses décisions en tenant compte des aînés.

Le souhait primordial des séniors est de vivre le plus longtemps possible et en sécurité à leur domicile tout en gardant une vie sociale. Actuellement de nombreux services à domicile sont à votre disposition : soins, garde à domicile, repas, courses, transport, adaptation du logement, ...

Vous trouverez dans cette brochure les informations utiles sur les services existants et accessibles dans notre commune et également des renseignements utiles pour vous aider à passer le cap de la retraite (documents administratifs, activités, sport, loisirs, ...). L'étude WADA « Wallonie Amie des Aînés » a notamment mis en évidence la demande d'un tel document reprenant toutes ces informations.

Les listes des associations et des professionnels ne sont pas exhaustives. Si vous avez des remarques ou des suggestions, merci de les signaler au service des aînés.

Bonne lecture

Josiane Warland
Présidente du Conseil Consultatif
Communal des Aînés de Malmedy



TABLE DES MATIÈRES

RETRAITE

1. J'ai bientôt l'âge de prendre ma retraite p. 6
2. Je me prépare à la pension p. 8
3. Je reste en forme p. 10
4. Je souhaite participer à des activités conviviales p. 12

VIE QUOTIDIENNE

5. Je souhaite me sentir bien chez moi p. 15
6. J'ai des petits travaux de bricolage, de jardinage à réaliser p. 17
7. J'ai des difficultés au quotidien p. 18

PRÉVENTION ET SÉCURITÉ

8. Je souhaite me sentir en toute sécurité chez moi p. 20

SANTÉ

9. Je dois recevoir des soins médicaux et paramédicaux p. 24
10. Je souhaite avoir quelqu'un à qui parler p. 31
11. Je vais être hospitalisé(e) prochainement p. 32
12. J'ai besoin d'un lieu de convalescence, d'un lieu de vie entièrement adapté - Maisons de repos et de soins p. 33
13. Je fais face au vieillissement, à une maladie ou au handicap p. 34

AIDES ET AUTRES SERVICES

14. J'ai besoin d'une aide administrative ou sociale, d'un conseil juridique p. 39

ET APRÈS...

15. Je veux préparer « l'après » ... p. 43
16. Que faire lors du décès de mon conjoint ? p. 44

NUMÉROS UTILES

- Mes contacts (organisé comme senior focus) p. 46

MES CONTACTS

p.48

Remarques ou suggestions : Service des Aînés
François Cronenberg : ☎ 080/799 623
✉ francois.cronenberg@malmedy.be

Merci aux nombreuses personnes qui ont donné un coup de main au Conseil des aînés et au Service des aînés pour la réalisation de ce guide : les contributions de textes et de coordonnées, l'organisation des rubriques, la relecture et les corrections.

Ce guide a été mis en page et en couleur par CRAFT Studio et imprimé par l'Imprimerie de Waimes.

Merci au CPAS de Jalhay de nous avoir permis de nous inspirer de leur brochure « Seniors d'abord ».

Merci aux photographes d'avoir coloré et illustré ce guide : Christophe Alard, François Cronenberg, André Dufour, L.L., Guy Massin, Jean Maus et Josiane Warland.

RETRAITE



1. J'ai bientôt l'âge de prendre ma retraite

a. Point PENSION, Démarches administratives

Le Service Fédéral des Pensions (SFP) est l'organisme qui gère les pensions des salariés et fonctionnaires ; L'Institut National d'Assurances Sociales pour Travailleurs Indépendants (INASTI) gère les pensions des entrepreneurs indépendants.

Pour toute question relative à votre pension (quand prendre ma pension, quel en est le calcul, quelles périodes sont prises en compte, ...) vous pouvez soit :

- **Consulter internet**  www.MyPension.be

Il est nécessaire de vous munir de votre carte d'identité, d'un lecteur et de votre code PIN

- **Se rendre au Point PENSION** Avenue des Alliés 28 à Malmedy
pour TOUS les régimes de pension du LU au VEN de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h

- **☎ 1765** (GRATUIT) du LU au VEN de 9h à 12h et de 13h à 16h ;
il est nécessaire de vous munir de votre N° de registre national

- **Contactez l'I.N.A.S.T.I.** du LU au VEN de 8h30 à 11h30 ou sur RDV

Place du Châtelet 6 à Malmedy

☎ 080/794 111

Arrivé à l'âge légal de la pension (actuellement 65 ans), les services examinent automatiquement vos droits. Si vous souhaitez prendre une pension anticipée, vous pouvez introduire une demande, au plus tôt 1 an et au plus tard 1 mois avant la date à laquelle vous souhaitez prendre votre pension.

 www.demandepension.be. Il est nécessaire de vous munir de votre carte d'identité, de votre code secret et d'un lecteur de carte.

b. GRAPA

La Garantie de Revenus aux Personnes Âgées est une aide octroyée aux citoyens de plus de 65 ans aux revenus trop faibles. Le SFP examine automatiquement le droit à une GRAPA de tout citoyen arrivé à l'âge légal de la pension, travailleur ou prépensionné. Cette aide est calculée selon la composition et les ressources du ménage ; il faut aussi répondre à des conditions de nationalité et de résidence.

Les citoyens qui estiment y avoir droit peuvent s'adresser au Point PENSION.

Le montant de base (722,18 €*) est applicable lorsque le demandeur partage la même résidence principale avec une ou plusieurs personnes.

Le montant de base majoré (1083,28 €*) est attribué au demandeur isolé, qui ne partage pas sa résidence principale avec d'autres personnes

* Montants à titre indicatif au 01/09/2017

c. Travailler en tant que pensionné

Poursuivre ou démarrer une nouvelle activité professionnelle une fois pensionné dépend de l'âge, du nombre d'années de carrière, du type de pension. Un citoyen de 65 ans ou qui a une carrière de plus de 45 ans peut cumuler sa pension de retraite de manière illimitée avec une activité professionnelle.

Pour les autres citoyens, les plafonds annuels de revenus à ne pas dépasser sont les suivants pour l'année 2017 :

	Indépendants (brut moins les charges)	Salariés (brut)
Sans enfant à charge :	6.285 €	7.856 €
Avec enfants à charge	9.427 €	11.784 €

Dans des cas particuliers (pension de survie, conjoint d'une personne avec pension de ménage) adressez-vous au SFP pour connaître les conditions. En cas de dépassement des limites, le montant de la pension est réduit proportionnellement au pourcentage du dépassement.

d. Service médiation Pensions

Si vous souhaitez introduire une plainte, vous pouvez adresser votre plainte au Médiateur par la poste, par courrier électronique (e-mail) ou oralement au siège du Médiateur. Des formulaires à compléter sont disponibles sur le site internet du service de médiation.

• **Service de médiation Pensions**  www.mediateurpensions.be

WTC III - Boulevard S. Bolivar 30 bte 5 - 1000 BRUXELLES

 plainte@mediateurpensions.be

 **02/274 19 90**

2. Je me prépare à la pension

La pension représente un tournant dans la vie. Il est important de prendre conscience de ce qui va disparaître afin de n'être ni surpris, ni choqué. Bien avant la pension, essayez d'entretenir votre réseau social hors du milieu de travail (activités sportives, culturelles, bénévolat, ...) Voici quelques idées et conseils pour négocier au mieux ce changement.

a. J'ai une idée, un projet

Si je souhaite m'impliquer dans une activité, des projets, une association, ça tombe bien à Malmedy avec son tissu associatif dense et multi-activités.

Du Conseil des aînés à l'asbl Couleur café, de la bibliothèque à la trésorerie d'une association culturelle, folklorique ou sportive, nombreuses sont les opportunités où mettre à profit mon temps et mes talents. Si j'ai une idée d'activité ou un projet citoyen innovant, je peux m'adresser au Conseil des aînés, au Plan de Cohésion Sociale, à la bibliothèque ou au service compétent.

Le Conseil des aînés (CCCA) et le Service des aînés

Le Conseil consultatif communal des aînés de Malmedy représente les aînés de la commune. Bon nombre de Malmédiens ayant atteint « l'âge d'or » souhaitent s'associer, partager, agir. Le CCCA est composé de 15 membres, à titre personnel ou représentants d'associations. Le service des aînés assure le suivi des réunions du Conseil des aînés, rassemble les informations demandées et soutient les aînés dans la réalisation de leurs projets.

Informations : François CRONENBERG

 **080/799 623**

 francois.cronenberg@gmail.com

Pour le loisir et pour rester en forme, le Conseil des aînés organise, seul ou en partenariat, de nombreuses activités :

- La Fête des Seniors
- Les Cours de langues
- L'Espace re-créatif 55+ « Rin d'Nou ?! »
- Les projections Ciné Seniors
- L'Espace aînés au Carnaval

et des projets ponctuels comme le Parc à mouvements aux Tanneries, les salons et conférences (Santé, « Bien être chez soi », sécurité routière, ...)

Le Plan de Cohésion Sociale – PCS

Le Plan de Cohésion Sociale est un programme communal qui travaille sur différents axes pour améliorer la situation des plus démunis (précarité, aide au logement, soutien à l'intergénérationnel et à la convivialité, ...). Pour mener à bien sa mission, le service du PCS travaille en réseau et connaît bien les associations actives sur la commune.

Cheffe de projet : Nathalie ART

 **080/799 633**

 nathalie.art@malmedy.be

Bibliothèque de Malmedy

WAMABI, réseau des bibliothèques de Waimes et Malmedy : bibliothèque, coin presse, espace public numérique, ludothèque, espace public d'animations, espace de réunion, cafétéria, etc
[Bienvenue à toutes et à tous !](#)

Place du Châtelet, 7A à Malmedy

 **080/799 930**

 www.wamabi.be

 malmedy@wamabi.be

b. Pour m'investir dans la vie de ma commune :

• Plateforme « Volontariat Malmedy »

La plateforme « Volontariat Malmedy » a pour objectif de susciter, de faciliter et d'encourager la pratique du volontariat en mettant en relation des personnes et des associations.

Pour fonctionner, la plateforme fait appel aux volontaires qui ont du temps et du talent à offrir et aux associations. Une permanence est organisée le premier mercredi de chaque mois de 10h à 12h au local des associations (ruelle Grognet à l'arrière de l'Hôtel de Ville). Dès septembre 2018, une « brochure des associations » sera éditée et disponible à la commune sur simple demande.

Information et inscriptions : PCS ou Service des aînés

• Cellule des Moins Mobiles – CMM

Une Cellule des Moins Mobiles est en train de voir le jour sur plusieurs communes du Sud de l'Arrondissement de Verviers.

Soutenue par taxistop.be, ce nouveau service prévoit de mettre en relation chauffeur (bénévole) et passager.

Informations et inscriptions : PCS

 **080/799 633**



3. Je reste en forme

Pour rester en forme, je prends soin de ma santé physique et mentale grâce à une activité physique régulière.

a. Infrastructures sportives et locaux d'activités de ma commune

- **Ecole du Centre**

Ruelle des Capucins 2

- **Hall des sports**

Avenue du Pont de Warche 1

☎ 080/799 050

- **Piste d'athlétisme du Malmedy Athletic Club**

✉ malmedy.malm@skynet.be

Christine Müller ☎ 0474/84 36 34

- **Malmundarium**

Nombreux locaux

Place du Châtelet 9

☎ 080/799 668

- **Parc à mouvements pour aînés**

(mini-golf, plaine de jeux enfants)

Parc des Tanneries - Rue de la Warchenne

Avec le soutien de la Province de Liège et de son Département Santé et Affaires sociales

- **Piscine « Mon repos »**

Du 1^{er} juin au 31 août

Avenue de la Libération 3

☎ 080/33 01 18

- **Location de vélos électriques et accès au RAVeL**

Syndicat d'Initiative Place du Châtelet 9

☎ 080/799 668

RAVeL : accès via la Gare des bus, le Hall des Sports ou l'Avenue Monbijou

- **Nombreuses promenades possibles,** 📄 p.11 voir 3. c. Nature

b. Clubs & Activités

- **Aïkido & Self defense**

AS KORYU BUDO Dojo au Hall des sports

✉ akb-be@outlook.com

Mr SIENNART

☎ 0495/21 29 41

- **Club de pêche**

- **« La Truite Stavelot-Malmedy »**

 www.latruttestavelot.be

Christophe GABRIEL ☎ **0496/38 43 45**

- **Gymnastique**

GYM CLUB MALMEDY

Stretching, Zumba et Yoga

Studio Ruelle Grognet à Malmedy

Nadine HUBERT ☎ **0474/73 67 52**

- **Pétanque**

PETANQUE CLUB MALMEDY

Terrains de pétanque pour jeu libre

Malmedy Expo – Rue F Lang 3 à Malmedy

André VANESSE ☎ **0496/31 52 26**

- **Tir à l'arc**

ARCHERY CLUB MALMEDY

au Hall des sports Mr GOFFINET

✉ georges.goffinet@yahoo.fr

☎ **0496/31 71 35**

- **MAISON DE JEUNES - La Fabrik**

Rue F. Lang 5 à Malmedy

✉ mjmdy4960@hotmail.be

Mr Olivier DEMARTEAU

☎ **0478/64 31 46**

☎ **080/44 88 33**

- **PUNCH SENIORS** – Eneo sport

 www.punchseniors.be

Rue du Lac, 41 – 4950 WAIMES

Responsable : Francis LACHENAL

☎ **080/67 89 32**

- **Aquagym** au Domaine des Hautes-Fagnes à Ovifat

- **Badminton** au Hall des sports

- **Bowling** – Bowling '362'

Avenue des Alliés 100 à Malmedy

- **Danses**, toutes danses

Monique WOUTERS ☎ **0477/74 46 10**

- **Deep Power** – Gym douces – Hall des sports

Monique WOUTERS ☎ **0477/74 46 10**

- **Marche** Infos : voir Vlan ou site web

Hubert DUSSART ☎ **080/86 22 17**

- **Marche nordique**,

Infos : voir Vlan ou site web

Claire SMISSAERT ☎ **0479/33 07 43**

- **Net Volley** au Hall des Sports

- **Stretching** à l'Ecole du Centre

- **Pilates & Tennis de Table & Zumba Gold**

au Hall des sports

- **Vie active**

au local d'Eneo – Rue Malgrave 3 à Malmedy

c. Nature

- **Cercle Culturel**

- **Marie-Anne Libert**

Rue Catherine André 13 bte 12 à Malmedy

Mr LETESSON ☎ **080/33 07 05**

- **Club de MARCHÉ des Charmilles**

Rue du Haut-Village 39 à Xhoffraix

✉ marcel.winkin@skynet.be

Marcel WINKIN ☎ **080/24 95 24**

• **MARCHE CLUB Malmedy**

Rue des Champs 8 à Malmedy

✉ andreservais1@hotmail.com

André SERVAIS ☎ **080/33 86 72**

• **Les MARCHEURS de Bellevaux**

Rue W. Egan 3 à Ligneuville

Renée SCHEFFEN ☎ **0495/13 54 54**

✉ lg139@ffbmp.be

• **Patrimoine Nature**

Rue des Marronniers 11 - 4950 WAIMES

(Actif sur Malmedy)

✉ maurice@patrimoinenature.be

Maurice GERARDY ☎ **080/67 96 16**

• **Informations touristiques**

Syndicat d'Initiative de Malmedy

Place du Châtelet 9 à Malmedy

Accès Parking via la Rue Devant l'Étang

✉ tourisme@malmedy.be

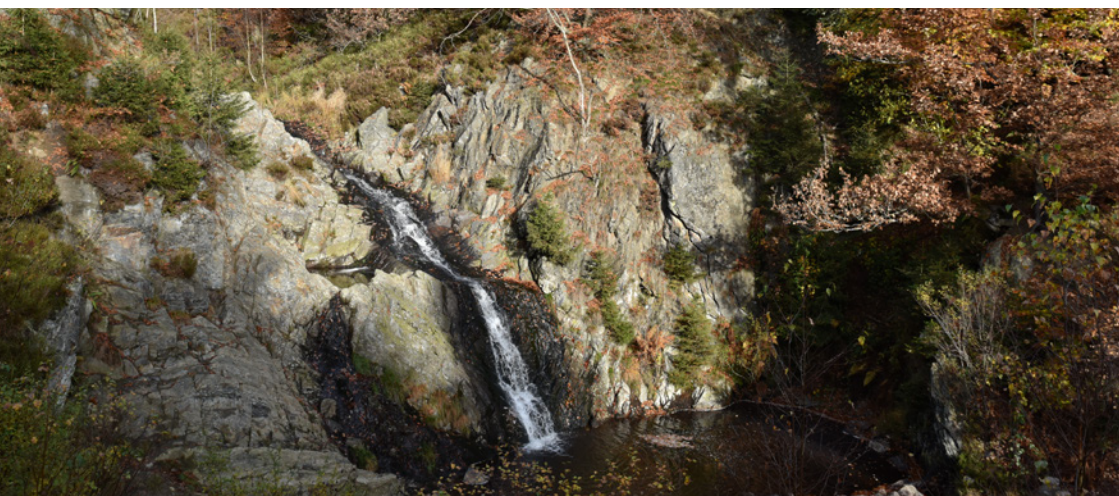
☎ **080/799 668**

**Maison du Tourisme des Hautes-Fagnes -
Cantons de l'Est**

Place Albert 1er 28A à Malmedy

✉ info@ostbelgien.be

☎ **080/33 02 50**



4. Je souhaite participer à des activités conviviales

a. Temps libre & Loisirs

• **Allons-y ensemble** Groupe de loisirs

pour personnes seules actives

Jacqueline HURDEBISE

☎ **080/77 02 43**

• **Skat-Club Malmedy**

Daniel CRASSON ☎ **0496/756 576**

• **Cercle échiquéen de Malmedy**

Ecole du Centre à Malmedy

Merovic ANCION ☎ **0499/43 20 64**

• **Club de Scrabble** de la Croix-Rouge

Maison Croix-Rouge

Avenue de la Gare 28 à Malmedy

☎ **080/770 977**

• Club philatélique

Présidente : Jocelyne LAMBY

☎ 0494/933 198

• Couleur Café

Maison de quartier, Activités d'éducation permanente et Activités intergénérationnelles et multiculturelles

Rue Cavens 49 à Malmedy

☎ 080/643 693

• La Grande Maison

Maison de quartier et Activités intergénérationnelles

Rue Haute Vaulx à Malmedy

✉ lagrandemaisonmdy@gmail.com

☎ 0493/04 99 29

• Groupement des pensionnés de Pont Bellevaux Ligneuville,

Responsable : Benoît ANTOINE

Ligneuville, Grand-Rue 23 - 4960 Malmedy

• Groupement neutre des pensionnés de Malmedy

Xhoffraix, So'l Warhê 7 - 4960 Malmedy

Responsable : Dany LALOIRE

• Options asbl

Activités d'éducation permanente

Place du Châtelet 7A à Malmedy

✉ optionsmalmedy@gmail.com

☎ 080/799 649

• UDA Université des Aînés

Yvonne SIQUET

☎ 080/33 87 02

✉ yvonne.siquet@skynet.be

• Activités PUNCH Seniors

AU LOCAL D'ENEO Rue Malgrave 3 à Malmedy

Atelier « Devoirs de l'homme »

Gérard FORTEMPS ☎ 0477/76 63 93

Formations Mobi'tic, Informatique, Tablettes et Smartphones

Monique WOUTERS ☎ 0477/74 46 10

AU MALMUNDARIUM

Rencontres jeux de carte et de table

Salle R. Christophe

R-M LACHENAL

☎ 080/67 89 32

• L'Espace re-créatif 55+ « Rin d'Nou ?! »

Tous les 3^{ème} jeudis à la bibliothèque

Infos :

☎ 080/799 623

b. Activités artistiques, culturelles et folkloriques

• Académie de musique, de danse et des arts de la parole

Ruelle des Capucins 2 à Malmedy

☎ 080/33 89 25

• Chorale Alba Nova

Secrétaire : Mme A. ALBERT

☎ 080/77 09 36

• AMAPAC Mr F. LODOMEZ

Association Malmédienne pour la Promotion de l'Art et de la Culture

✉ freddy@lodomez-constructions.com

• Brass Band des Charmilles

Président : Mr J. LODOMEZ

☎ 080/33 02 53

• **Chorale Caecilia de Géromont**

Président : Mr R. WARLAND

☎ 080/33 05 32

• **Cercle Royal des mandolinistes**

Présidente : Mme V. WINTGENS

☎ 087/77 57 21

• **Chorale Royale Caecilia**

Président : Mr J. LEMAIRE

☎ 0474/444 765

• **Ciné Seniors** 4^{ème} jeudi du mois

WAMABI :

☎ 080/799 930

• **Cours de langues**

Responsable : Mme A. Müller

☎ 0473/30 23 90

• **Royal Club wallon**

Président : Mr J. REMY-PAQUAY

☎ 0478/65 51 01

• **Royale Chorale Sainte-Cécile de Bellevaux**

Présidente : Mme J. BREVERS

☎ 0478/46 09 93

• **Royale Chorale Sainte-Cécile de Ligneuville**

Président : Mr B. ANTOINE

☎ 080/570 140

• **Royale Etoile Wallonne**

Président : Mr L. DENIS

☎ 080/33 78 87

• **Royale Fanfare Echos de l'Amblève**

Président : Mr J. DELCOUR

☎ 0498/75 66 41

• **Royale Fanfare Echo de la Warche**

Président : Mr S. METZMACHER

☎ 0478/67 57 12

• **Royale Harmonie Fraternelle de Bellevaux**

Présidente : Mme Y. ADAM

☎ 0478/92 77 83

• **Royale Harmonie la Fraternité**

Président : Mr M. THERER

☎ 0498/90 61 20

• **La Royale Malmédienne**

Président : Mr F. MARICHAL

☎ 0495/67 79 38

• **La Royale Union wallonne**

Président : Mr C. SCHAUS

☎ 0474/73 67 19

• **Activités PUNCH Seniors**

AU LOCAL D'ENEO Rue Malgrave 3 à Malmedy

Atelier d'aquarelle et Atelier d'Igor

- peinture

Mr & Mme DELVIGNE-WOUTERS

☎ 0477/74 46 10

Atelier Saint-Quirin

Gérard FORTEMPS ☎ 0477/76 63 93

• **Société Royale Malmedy-Folklore**

Président : Mr L. HALLEUX

☎ 0497/40 01 34

• **Malmundarium & Syndicat d'Initiative**

■ p.10 voir 3. a. Infrastructure

p.12 voir 3. c. Nature

VIE QUOTIDIENNE



5. Je souhaite me sentir bien chez moi

Ce chapitre s'adresse aux aînés, à ceux de l'« âge d'or », les pré-pensionnés et les jeunes pensionnés sans grands soucis de santé, comme à ceux pour qui les défis liés à l'avancée en âge se font plus présents. Tous les citoyens ne sont pas égaux en santé et face à ces défis. Ils partagent cependant plusieurs points communs, dont le plus important est sans doute le souhait de se sentir bien chez soi, de rester chez soi le plus longtemps possible.

L'environnement connu et quotidien du domicile peut du jour au lendemain devenir source de danger ou d'appréhension et des aménagements s'imposent. Les accès, l'ordre dans les pièces, l'éclairage, l'organisation des objets utilisés au quotidien et la réorganisation du domicile revêtent alors une importance capitale pour se sentir en sécurité et prévenir tout risque de chute ou d'accident. Le but de ces aménagements pratiques est aussi de se faciliter la vie, de promouvoir le bien-être et la convivialité, notamment en luttant contre l'isolement et la solitude.

Plusieurs services existent pour vous sentir bien à la maison jour après jour, que ce soit une question de services à domicile ou d'aides diverses. Votre mutuelle et la coordination d'aide à domicile sont deux partenaires incontournables pour vous aider dans ces démarches. N'hésitez pas à leur demander des conseils et les coordonnées de prestataires.

Coordination & Centrale d'aide et de soins à domicile

• A.S.D. Aide et Soins à Domicile

(Mutualité chrétienne)

Place de Rome 11 à Malmedy

 www.aideetsoinsadomicile.be

 **080/880 880**

• Asbl S.A.F.P.A. Service d'Aide aux Familles & aux Personnes Agées

Rue du Palais 86 - 4800 VERVIERS

(actif à Malmedy)  **087/292000**

 www.safpa.be

• Vivre à Domicile

 info@vivreadomicile.be

Place Général Jacques 4 - 4800 VERVIERS

(actif à Malmedy)  **087/300 130**

• C.S.D. Centrale des Soins à Domicile

(Solidaris)

Rue de la Boverie 379 - 4100 SERAING

 **04/338 20 20**

► **Votre mutuelle propose un service d'ergothérapie, pour des conseils sur votre domicile. Contactez-la**  p.24 voir 9. SANTE

Télévigilance

• TELEAID

 **04 227 55 97**

Rue Saint-Lambert 84 - 4040 HERSTAL

• C.S.D

 **04/338 20 20**

• VITATEL

 **081/41 29 29**

Chaussée de Louvain 292 - 5004 NAMUR

Autres services

• QUALIDOM asbl *Observatoire des soins et des services à domicile du Sud de l'Arrondissement*

 www.qualidom.be

Guide HADA : Habitat Ami Des Aînés

 **080/33 71 64**

• Asbl « Solival Wallonie Bruxelles »

Conseil, étude de l'adaptation du domicile

Chée de Haecht 579 bp 40 - 1031 BRUXELLES

 **070/22 12 20**

• www.senoah.be

Guide « Envisager aujourd'hui son chez soi de demain »

Site d'information et de conseil pour les personnes vieillissantes à domicile

• La Croisée

Service d'accueil familial et d'accompagnement pour adultes handicapés

Rue de la Warche 33 à Malmedy

 **080/33 76 11**

• Pas à pas pour éviter les chutes

Hôpital St-Nicolas d'EUPEN

 **087/59 95 99**

• www.scaat.be

Service Conseils en Aménagements et Aides Techniques qui a pour objectif de permettre aux personnes handicapées de vivre dans leur logement avec des conditions de vie et de déplacement agréables

 scaat@anlh.be -  **02/779 92 29**

Plate forme « Bien vivre chez soi » - AViQ

Rue de la Rivelaine 21 - 6061 CHARLEROI  www.bienvivrechezsoi.be

N° vert Seniors  **0800/16 210**

N° vert Handicap  **0800/16 061**

6. J'ai des petits travaux de bricolage, de jardinage à réaliser

a. Services & Professionnels

• Agence Locale pour l'Emploi

Coordination ou centrale d'aide à domicile

Place du Châtelet 7 B à Malmedy

☎ 080/864 807

• Cap Terre – Jardinage

Mr ETIENNE

☎ 0478/70 32 96

Mr NATALIS

☎ 0471/88 10 81

• Indépendants

Site de la Ville

🖥 www.malmedy.be/fr/annuaire.html

Annuaire régional

🖥 www.atout-commerces.be

• Titres Services

Adecco

☎ 080/44 05 20

Blanchisserie de la

Warche (repassage)

☎ 080/33 00 94

La Buanderie

☎ 080/22 18 82

Margraff

☎ 080/67 89 03

Randstad

☎ 04/221 71 02

Start People Services

☎ 0800/20 039

Stav'clean

☎ 080/89 24 98

T & T Services

☎ 080/22 82 32

☎ 080/89 24 96

• Coordination d'aide et de soins à domicile

📖 p.16 voir « Coordination »

b. Mes déchets et mes énergies

• Parc à conteneurs

Du 2 novembre au 30 avril

de 10h à 18h (samedi de 9h à 18h)

Du 2 mai au 31 octobre de 10h à 19h

(samedi de 9h à 18h)

Fermé les dimanches et jours fériés

Z.I. Avenue de Norvège à Malmedy

🖥 www.aive.be ☎ 080 339 311

• Carte d'accès au parc disponible

au service Taxes ☎ 080 799 637

• Sacs poubelle – Service Taxes

En dehors des sacs distribués en début d'année (compris dans la taxe), des sacs sont vendus dans des commerces de Malmedy et des villages.

Ouvert LU, ME et VEN de 9h à 12h

Place du Châtelet 8 à Malmedy

☎ 080 799 637

• Collectes – Ramassage en porte à porte des Papiers/Cartons – Tri

Informations auprès du service Gestion des déchets :

Place du Châtelet 8 à Malmedy (1^{er} ét)

☎ 080 799 664

COLLECTE PMC et CALENDRIER :

un point collecte PMC réservé aux PMR et

aux personnes sans voiture est organisé

Place Saint-Géréon, deux vendredis / mois

Calendrier et brochures sur simple demande

• Encombrants

Infos et inscriptions pour l'enlèvement trimestriel auprès des Services Techniques

Route de Falize 181 à Malmedy

☎ 080 799 620

• Gestionnaire de Réseau de Distribution énergies

ORES scrI

LU et ME de 8h à 12h et 13h à 16h15

et VEN de 8h à 12h

Rue St Quirin 9 à Malmedy

☎ 078/15 78 01

Panne

☎ 078/78 78 00

RESA GAZ

Rue Louvrex 95 - 4000 LIEGE

☎ 04/254 46 00

Odeur de gaz

☎ 04/362 98 38



Guichet de l'énergie

Place du Châtelet 9 à Malmedy

☎ 080/799 658

www.SWDE.be

📖 rubrique « dans votre commune »

☎ 087/87 87 87

7. J'ai des difficultés ...

La vie quotidienne, les déplacements, les courses et la préparation des repas peuvent devenir des activités difficiles au fil du temps. Quels services peuvent m'aider ? Qu'est-ce qu'une aide familiale ? Quel service de transport contacter ? Comment rester à la maison si je ne suis plus capable de préparer 3 repas par jour ? Encore une fois, n'hésitez pas à vous adresser à votre Coordination d'aide à domicile, ou encore à la Croix-Rouge ou à la commune.

a. ... pour effectuer les tâches de la vie quotidienne

L'aide familiale est la personne indiquée pour les tâches de la vie quotidienne. Ce service est disponible via la coordination d'aide à domicile ou l'entreprise de Titres-services.

• Aide et Soins à Domicile A.S.D.

☎ 080/33 89 57

☎ 087/329 090

• Service d'Aide aux Familles & aux Personnes Agées S.A.F.P.A.

☎ 087/29 2000

• « Vivre à Domicile »

☎ 087/300 130

► Votre mutuelle a peut-être son propre service d'aide familiale, contactez-la.

• Titres Services

📖 p.17 voir 6. a. Titres-Services

b. ... pour me déplacer, faire des courses

Vous n'avez pas ou plus de voiture. La famille et l'entourage ne sont pas toujours disponibles, et vous n'aimez pas demander tout le temps de l'aide. Pourtant il faut faire les courses, se rendre aux rendez-vous importants, ...

• Voilà quelques solutions pour vous aider :

A.S.D. (service minibus)	☎ 087/32 90 90	Mme SIMAR
C.S.D.	☎ 04/338 20 20	
Vivre à domicile	☎ 087/300 130	
H. F. Ambu	☎ 080/44 68 46	
Le Goéland (Croix-Rouge)	☎ 080/770 977	
Patient Assistance	☎ 02/733 07 32	✉ info@patientassistance.eu
Cellule des Moins Mobiles	☎ 080/799 633	

• Transports publics :

SNCB	☎ 087/30 82 05	Gare de Verviers
	☎ 087/68 40 65	Gare de Trois-Ponts
		Billet Senior A/R plus de 65 ans à 6,50 €
TEC Liège-Verviers	☎ 04/361 94 44	
		Abonnement Carte Horizon 65+ à 36,00 €

Remarques : Conditions et renseignements auprès de chaque service ;

► **Votre mutuelle propose peut-être un service de transport, contactez-la.**

c. ... pour me faire à manger

• Repas à domicile :

Pour les repas du Grand Fa (CPAS)	☎ 080/799 740
Pour les repas des Arcades	☎ 080/799 150
Le Traiteur PIRONT	☎ 080/67 91 45

• Traiteur « Coté Cuisine »

☎ 080/770 119

Service de livraison dans un périmètre restreint autour du restaurant

• Services d'aide familiale 📖 p.18 voir « L'aide familiale »

En cas de régime particulier, prenez contact avec votre médecin afin de vous orienter vers un(e) diététicien(ne) :

Mr Frédéric ROTH	✉ fred.roth@hotmail.com	☎ 0498/72 77 22
Mme Malika LAHAYE		☎ 0498/47 00 07

PRÉVENTION ET SÉCURITÉ

8. Je souhaite me sentir en toute sécurité chez moi

a. Je sécurise mon habitation

La sécurisation de votre habitation commence par de bonnes habitudes.

• CAMBRIOLAGE

- Fermez toujours votre habitation quand vous partez
- Donnez l'impression que votre habitation est occupée en votre absence
- Ne cachez jamais vos clés sous le paillason ou sous le pot de fleurs
- Ne laissez pas vos objets de valeur à vue des passants, ne jetez pas leur emballage sur le trottoir, notez leur numéro de série.
- Ne postez jamais sur internet vos achats de valeur ou vos dates de voyage.

• VOL PAR RUSE

- Ne laissez pas paraître sur la sonnette que vous vivez seul (mentionnez uniquement le nom de famille)
- Installez une chaîne à la porte d'entrée
- Méfiez-vous des colporteurs, des inconnus
- Exigez la carte de service de votre visiteur
- Demandez à voir le véhicule de la firme ou de la police
- N'hésitez pas à prendre directement contact avec votre police locale ☎ **080/281 800**

**NE DONNEZ JAMAIS D'ARGENT,
NI VOTRE CODE SECRET**



Adressez-vous à votre zone de police pour le service de prévention des vols :
conseils et services gratuits en matière de prévention des cambriolages :

Inspecteur principal
Inspecteur

Jean-Philippe LOUIS
Daniel NELLES

☎ **080/28.19.40**
☎ **080/28.19.80**

► Tous les conseils pour sécuriser votre habitation: 🖨 www.maisonsure.be

b. Je prépare mon domicile à une absence prolongée

• **SOYEZ DISCRET**

- N'apposez pas de mot d'absence sur votre porte. N'attirez pas l'attention lors de votre départ
- Annulez les livraisons à domicile
- Ne mentionnez pas une période d'absence sur votre répondeur et transférez les appels vers votre gsm ou un autre appareil
- Faites entretenir la végétation et la pelouse visible de la rue
- Prévenez vos voisins de confiance de vos absences
- Demandez-leur de relever le courrier, d'abaisser et remonter les volets
- N'apposez pas vos cordonnées sur les bagages mais à l'intérieur

• **PROTEGEZ VOS BIENS**

- Ne laissez pas de biens de valeur à vue. Placez vos valeurs (bijoux, argent) dans un coffre
- Enregistrez les n° de série et les caractéristiques particulières de vos objets de valeur (faites des photos)

• **CHECK-LIST VACANCES**

- Fermez à clé toutes les portes et les fenêtres (maison, garage, abri)
- Rangez les clés hors de vue ou remettez-les à une personne de confiance
- N'indiquez pas vos coordonnées sur votre porte-clés
- Contrôlez la protection des accès : portes, fenêtres, soupiraux, coupoles et fenêtres de toit
- Rentrez échelle et outils de jardin
- Activez votre système d'alarme et rappelez aux personnes de contact la procédure
- Avertissez votre centrale d'alarme de votre départ

• **POLICE VEILLE**

Signalez à votre police locale vos absences prolongées.

► **Complétez le formulaire « police veille »**, disponible à la maison de police ou sur  www.policionweb.be, service de surveillance de votre habitation durant votre absence.

- **ASSURANCE** Vérifiez la validité de votre police d'assurance contre le vol et l'incendie

c. Je me protège contre les arnaques

• **ARNAQUE SUR INTERNET**

Pour des actualités et des conseils sur la sécurité en ligne, le site du service fédéral de la sécurité informatique  www.safeonweb.be/fr est à votre disposition.

► Le Centre Européen des Consommateurs signale aussi sur  www.cecbelgique.be les arnaques dont il est informé. Une publication « Arnaques & Tromperies » est également téléchargeable gratuitement sur leur site.

- Installation

Il est vivement conseillé de configurer votre ordinateur, votre réseau internet domestique (Wi-Fi), votre tablette ou votre smartphone avec un professionnel, un informaticien ou le commerçant qui vous a vendu le matériel. Quand une personne de votre entourage se propose, elle doit être compétente et digne de confiance.

L'installation des différents logiciels (anti-virus, anti-publicité, ...) et protection (pare-feu, mots de passe, ...) de votre matériel peut vous garantir une utilisation en toute sécurité : protection de vos données et fichiers, protection de vos quotas de téléchargement, protection contre des tentatives de piratage de votre machine ou de vos comptes (mails, réseaux sociaux, netbanking, ...)

- Entretien

Un bon antivirus analyse tous les téléchargements et les messages entrant dans l'appareil, et vérifie également les sites sur lesquels vous surfez. De surcroît, il doit être utilisé pour effectuer l'analyse minutieuse de vos fichiers et programmes présents dans l'appareil. En cas d'alerte d'infection, contactez un professionnel (installateur, commerçant de l'appareil). Pour une bonne utilisation de l'antivirus, analysez régulièrement votre appareil.

- Précautions • Sites fiables • Adresses e-mail

Les arnaques par messages, via des sites internet ou via des liens internet (hameçonnage) sont nombreuses. Il s'agit de surfer et de traiter ses messages avec un maximum de prudence, d'éviter les sites non-fiables.

Tout ce qui n'est pas normal et attendu de personnes ou entreprises que vous connaissez peut être suspect. S'il s'agit d'inconnus, le risque d'arnaque est encore plus élevé ; n'importe qui peut se créer une fausse adresse-mail de banquier, d'avocat, ... Une adresse officielle reprend généralement une dénomination en relation avec l'entreprise, la banque, ...

- Exemples d'arnaques

E-mail à en-tête d'une société connue, usurpation d'identité, demande préalable d'une petite somme d'argent, fraude à l'internet banking ou sur un réseau social, offres de prêts, petites annonces « bons plans », faux sondages, loteries, échantillons gratuits, objets à donner, faux articles de marques, faux virus, PC bloqué, SMS payants, etc

- Mot de passe

Utilisez des mots de passe robustes composés d'une mixité de caractères : MAJUSCULES, minuscules, chiffres et caractères spéciaux. Selon la Federal Computer Crime Unit, « un mot de passe comportant 10 caractères, tous en lettres minuscules, sera cassé en moyenne en 3 heures et 40 minutes par un pirate informatique, alors qu'un mot de passe comportant 10 caractères mélangés résistera pendant 109 siècles » Choisissez-en un différent pour chaque service que vous utilisez. Ne les stockez pas sur votre PC et ne laissez pas non plus votre navigateur Internet les mémoriser. Changez-les régulièrement.

- Banque – Commerce en ligne

Ni votre banque, ni votre émetteur de carte de crédit ne vous demanderont par mail ou par téléphone de communiquer vos données, encore moins votre mot de passe, code PIN, ... Pour vos achats en ligne, une fois encore, ne travaillez qu'avec des sites connus et de bonne réputation. Pas d'élan d'achat impulsif, surtout si l'offre a l'air très alléchante.

CARD STOP en cas de vol ou de perte de la carte de banque ☎ **070/344 344**

• NE M'APPELEZ PLUS – asbl DNCM

L'asbl DNCM gère la seule et unique liste pour vous assurer de ne plus recevoir de publicités indésirables par téléphone. L'inscription se fait sur  www.dncm.be

• ARNAQUE

Si vous pensez avoir été victime d'une arnaque à la consommation ou si vous soupçonnez une arnaque, vous pouvez contacter gratuitement le **SPF Economie**

 www.economie.fgov.be/fr/consommateurs/arnaques

Du LU au VEN de 9h à 17h

☎ **0800/12 033**

Vous pouvez également signaler les faits en ligne via le **Point de contact** :

 <https://pointdecontact.belgique.be>

d. Je signale une situation de maltraitance

On passe facilement à côté de la maltraitance des aînés. Le premier réflexe est d'en parler, que ce soit un proche ou vous-même qui vivez une situation de maltraitance physique et/ou psychologique.

Appelez gratuitement ☎ **0800 30 330** du LU au VEN de 9h à 17h

Respect Seniors Square Arthur Masson 1 – 5000 NAMUR

POLICE



Police

Attention si vous êtes victime des agissements d'une personne en particulier et non d'une entreprise, contactez ou rendez-vous le plus vite possible à la Maison de Police. N'utilisez le 101 qu'en cas d'urgence.

Maison de Police de Malmedy Rue F. Lang 1 à Malmedy

LU > VEN : 8h à 12h et 13h à 17h ou sur RDV ☎ **080/281 800**

Services : quartier, circulation, maintien de l'ordre, accueil, aide aux victimes, enquêtes et recherche locale, gestion des armes, direction.

✉ zp.stavelotmalmedy.mpmalmedy@police.belgium.eu



SANTÉ

Mutuelles présentes sur la commune

CAAMI Caisse Auxiliaire d'Assurance

Maladie Invalidité

Rue Wibald 5

Service Social

☎ **080/33 08 96**

☎ **0473/86 31 46**

Mutualia

Place Albert I er 37

☎ **080/39 95 92**

Omnimut

Chemin-Rue 39

☎ **04/344 85 36**

Mutualité chrétienne

Rue Malgrave 3

Service Social

JE matin

☎ **087/30 51 11**

☎ **087/30 51 62**

Solidaris

Place de Rome 17

Service Social

JE matin

☎ **080/33 07 12**

☎ **04/341 63 20**

☎ **080/42 97 02**

9. Je dois recevoir des soins médicaux et paramédicaux

DMG – Dossier Médical Global

• **Qu'est-ce qu'un DMG ?**

Votre dossier médical global (DMG) contient toutes vos données médicales (opérations, maladies chroniques, traitements en cours, etc.). Vous pouvez le demander lors de votre prochaine consultation chez votre généraliste.

• **Quels sont les avantages ?**

Le DMG permet de limiter le montant de la part personnelle que vous devez payer pour une consultation au cabinet de votre médecin généraliste et de retoucher une part plus importante d'une consultation chez un spécialiste si c'est votre médecin traitant qui vous y envoie. Le DMG permet en outre, si vous avez minimum 75 ans et/ou si vous êtes malade chronique, une diminution de la part personnelle pour une visite à domicile.

• **Quel est le module de prévention du DMG ?**

Si vous avez entre 45 et 75 ans, le médecin généraliste qui gère votre DMG peut parcourir une fois par an avec vous, sur la base d'une checklist, quelles mesures de prévention peuvent être nécessaires pour vous. Ce module de prévention fait partie du DMG peut également le faire.

• **Combien coûte un DMG ?**

Le DMG et le module de prévention sont gratuits. Vous en payez le montant à votre médecin généraliste, remboursé intégralement par votre mutualité.

• **Combien de temps un DMG donne-t-il droit au remboursement plus élevé ?**

Le meilleur remboursement lié au DMG reste valable jusqu'à la fin de la 2ème année calendrier qui suit l'année de l'ouverture ou la prolongation du DMG. Un DMG ouvert le 21.01.18 donne droit à un meilleur remboursement jusqu'au 31.12.20. Une fois ouvert, la prolongation du DMG est automatique si une consultation ou visite a eu lieu chez votre médecin généraliste au cours de l'année.



a. Services médicaux à Malmedy

*Votre médecin généraliste est votre partenaire-santé privilégié,
n'hésitez pas à lui demander conseil.*

• Médecins généralistes

Dr Pascal BURGEON	Rue Devant l'Étang 20	☎ 080 339 926
Dr Bruno DOCQUIER	Rue Ol Folle 19	☎ 080 339 506
et Dr Emmanuel de LEUZE, son assistant		
Dr Philippe DUTILLEUX	Place de Rome 19	☎ 080 337 164
Dr Bolivie KOUAM	Hé de la Bruyère 16	☎ 080 770 718
Dr Astrid KUPPER	Rue Derrière la Vaulx 49	☎ 080 221 517
Dr Domenico IACONO	Rue la Vaulx 46	☎ 080 339 775
Dr Floriane LAMBRECHTS	Place de Rome 11	☎ 080 570 057
Dr Jacques ROBERT	Place de Rome 11	☎ 080 330 837
Dr Philippe NOEL	Ligneuville - Vieille Voie 6	☎ 0495 92 07 95
Dr Philippe ROYAUX	Avenue des Alliés 9	☎ 080 338 895
Dr Audrey SOLHEID	Avenue des Alliés 9	☎ 080 338 895

 www.medecins-malmedy.be

• Centre Médical Cavens - Place de Rome 11

En cas d'indisponibilité de votre médecin, le Centre Médical Cavens accueille la permanence d'accès à la médecine générale SANS RDV du lundi au vendredi de 10h à 12h et de 17h à 19h

• Poste de Garde

☎ **1733**

Les week-ends et jours fériés, le poste de garde vous accueille SUR RDV.

b. Soins infirmiers

Votre mutuelle ou votre coordination d'aide et soins à domicile peut vous renseigner sur les services conventionnés et agréés.

■ p.24 voir 9. SANTE

■ p.16 voir « Coordination »

- **Infirmières d'A.S.D.** Véronique MATHONET ☎ 0494/50 93 47
- **Infirmières indépendantes** Agnès REMACLE ☎ 0476/47 80 34
Carina NOEL ☎ 0478/59 34 26

Pour celles et ceux qui savent se déplacer :

- **Centre infirmier Cavens** (soins infirmiers, prises de sang)
Place de Rome 11 (Espace Pélican)
du LU au SA de 7h à 11h SANS RDV ☎ 0472/28 19 17
- **Clinique Reine Astrid** Rue Devant les Religieuses 2 à Malmedy
Dispensaire (ancienne aile, 1ère étage) sur RDV ☎ 080/79 31 22
Laboratoire (rez-de-chaussée) ☎ 080/79 31 27

c. Garde-malade à domicile

- **A.S.D. Aide et Soins à Domicile**
(Mutualité chrétienne) ☎ 087/29 2000
- **C.S.D. Centrale des Soins à Domicile**
(Solidaris) ☎ 04/338 20 20
- **Vivre à Domicile** ☎ 087/300 130
- **Asbl A.D.M.R**
Aide à Domicile en Milieu Rural ☎ 087/67 45 30

d. Dentistes

- | | | | |
|---------------|----------------|--------------------|----------------|
| D'OR Frédéric | ☎ 080/33 00 49 | LHUSSIER Xavier | ☎ 080/33 75 65 |
| GIET Carine | ☎ 080/33 96 30 | SCHAUSS Michael | ☎ 080/77 08 89 |
| | | VAN DE POEL Myriam | ☎ 080/33 85 23 |

e. Soins paramédicaux

🏠 = service à domicile

• KINESITHERAPEUTE

BAEYENS Véronique	☎ 080/33 97 06	🏠
BLAISE Aurélie	☎ 0472/88 15 92	
COLLIENNE Alain	☎ 080/86 47 67	🏠
DIFFELS Sandra	☎ 0494/494 484	🏠
DUMONT Valérie	☎ 080/34 13 16	
DUPONT Gabriel	☎ 0496/58 51 55	🏠 & Ostéopathe
FASSIN Sébastien	☎ 080/39 97 94	🏠
GAUTHY Stéphanie	☎ 0476/440 180	🏠
GUNS Etienne	☎ 080/33 98 48	Ostéopathe uniquement
HENRY Anaïs	☎ 0474/341 680	
HUPPERETZ Elisabeth	☎ 0476/440 180	🏠
JUFFERN Gilles	☎ 0498/795 807	🏠
KONEN Marie-Louise	☎ 080/33 73 44	🏠
LIMBOURG André	☎ 080/33 70 95	🏠
MARTIN Emilie	☎ 0496/35 49 48	
MEYER Nicolas	☎ 080/77 12 38	🏠
MIGNON Estelle	☎ 0497/775 446	
PAQUAY Nathalie	☎ 080/77 17 19	
PION Eric	☎ 0473/79 25 16	🏠
PIRARD Christian	☎ 0496/75 66 04	
PIRENNE Marjorie	☎ 0472/09 46 46	🏠
PROBST Dominique	☎ 080/75 21 82	
REY Laetitia	☎ 0484/32 43 61	🏠
ROCHE Véronique	☎ 080/33 06 17	
WILLEMS Catherine	☎ 080/86 47 67	

• ERGOTHERAPEUTES

GOOSSE Mélanie ☎ 0499/40 60 22 🏠

▶ **Votre mutuelle propose un service d'ergothérapie, pour des conseils sur votre domicile. Contactez-la** 📄 p.24 voir 9. SANTE

• LOGOPEDE

MARQUET Stéphanie	☎ 0474/08 13 35	
VERDIN Emilia	☎ 0494/33 09 07	🏠
HURDEBISE Françoise	☎ 0474/48 68 87	
SIEBERTZ Isabelle	☎ 0495/36 47 10	

• **PODOLOGUE • POSTUROLOGUE**

BURNOTTE Joelle

☎ 0498/01 78 40

• **PEDICURE**

LECOQ Cynthia.

☎ 0497/18 41 89 🏠

FABRITIUS Axelle

☎ 080/33 02 74

THIELEN Bernhardine

☎ 0475/900 418 🏠



f. Matériel paramédical

Pour louer ou acheter du matériel paramédical, je peux m'adresser :

► **Votre mutuelle ou votre coordination d'aide a son propre service de prêt de matériel, contactez-la** 📄 p.24 voir 9. SANTE 📄 p.16 voir « Coordination »

• **À la Croix-Rouge**

☎ 080/77 09 77

• **Auprès d'un installateur agréé**

GESLift 🖥 www.geslift.be

Cour Lemaire 7 4651 Herve

☎ 087/33 34 22

• **Auprès des pharmaciens de Malmedy**

Pharmacie Engels

Rue Neuve 46

☎ 080/330 734

V Pharma

Avenue des Alliés 104

☎ 080/29 24 23

G.MEDI

Avenue des Alliés 104

☎ 080/29 24 20

MediHome

Rue devant les Religieuses 23

☎ 080/33 92 92

g. Service médical d'urgence et de transport

• Clinique Reine Astrid

Le service des urgences, ouvert 24h/24 et 7jours/7, est un nouveau service moderne doté d'un matériel de pointe. Si votre consultation aux urgences doit être suivie d'une hospitalisation, envoyez dès que possible la personne qui vous accompagne au bureau des admissions, munie de votre carte d'identité et de votre numéro de compte bancaire.

Il est important d'établir les documents d'admission le plus rapidement possible.

Bureau des admissions (dans le hall d'entrée) ouvert

du LU au VEN de 07h30 à 17h

le samedi de 10h à 12h et le dimanche de 10h à 12h

Rue devant les Religieuses 2 à Malmedy

 **080/79 31 17**

En vue d'améliorer l'aide médicale urgente, la Clinique Reine Astrid, et la Ville de Malmedy, en collaboration avec la Province de Liège, ont mis sur pied un service PIT (Paramedical Intervention Team). Il s'agit d'un système d'interventions médicalisées (personnel infirmier) intermédiaire entre le SMUR et l'ambulance «classique».

Le PIT est composé d'un(e) infirmier(e) urgentiste et d'un ambulancier.



• CMH – Centre Médical Hélicoptéré

(Bra-sur-Lienne)

Le Centre Médical Hélicoptéré est un service médical d'urgence et de réanimation par hélicoptère 24 h sur 24, 7 jours sur 7. Le CMH répond à une nécessité de santé publique au cœur de la zone rouge démographique la plus importante de Belgique.

Zone rouge démographique signifie : pas de secours d'urgence en moins de 15 minutes, par route, – et des hôpitaux spécialisés assez éloignés voire très éloignés.

Le CMH est une ASBL qui dépend, entre autres, du soutien indispensable de ses affiliés. La carte d'affiliation permet à ses adhérents de bénéficier de la gratuité du transport médicalisé lors de toute intervention hélicoptérée urgente organisée par le 112.



Informations et affiliation (individuelle ou familiale)

 **086/45 03 39**

du LU au VEN de 9h00 à 12h30  www.centremedicalheliporte.be

10. Je souhaite avoir quelqu'un à qui parler

Les personnes âgées peuvent être préoccupées par leur santé physique, mais aussi parfois rencontrer des difficultés d'ordre psychologique : mal-être, isolement, solitude, perte d'un proche, changement de lieu de vie, défis liés à l'avancée en âge, questionnements sur le sens de la vie , ... Il existe des ressources pour trouver de l'aide ou du soutien :

- **Centre de guidance** (agréé AViQ) :

Consultations pour personnes âgées ou leurs proches, sur le lieu de vie (domicile, MR) ou au Centre, rue derrière les murs 5 à Malmedy ☎ **080/33 81 65**

- **La Navette**

Service d'accompagnement gériatrique à domicile ☎ **087/32 90 90**

- **Mutuelle & Coordination d'aide**

Certaines mutuelles et coordinations ont leur propre service de psychologie ou sont conventionnés avec des psychologues indépendants.

- **N° vert Seniors**

☎ **0800/16 210**

- **Psychologues**

CHARLIER Claude

☎ **0497/627 256**

DAVENNE Julie

☎ **0472/840 974**

DUCHAINE Jérôme

☎ **0484/430 984**

FLORIA Liria

☎ **080/33 90 35**

LECOQ Cindy 🏠

☎ **492/56 29 07**

- **Sur la route** - Service mobile de santé mentale

☎ **080/29 22 72**

- **Télé-accueil**

☎ **107**

- **SOS Solitude**

☎ **0262/970 000**

- **Centre de Prévention suicide**

☎ **0800/32 123**

11. Je vais être hospitalisé(e) prochainement

a. Préparatifs

Liste de choses utiles à préparer à l'avance pour le cas où une hospitalisation en urgence serait nécessaire :

- Je dis à mon médecin traitant et aux membres de ma famille dans quel hôpital je souhaiterais être hospitalisé
- Je contracte une assurance-hospitalisation si je n'en ai pas encore.
Attention à la durée et aux conditions de la période de stage.
- Je fais une liste des personnes à prévenir (famille, voisin, ...) ainsi que leurs n° de téléphone
- Je fais une liste des intervenants qui viennent régulièrement à la maison (aides familiales, infirmière, kiné, coiffeur, ...) et leurs n° de téléphone
- Je fais la liste des médicaments que je prends
- Je trouve une personne de confiance et lui laisse une clé de la maison

Si j'ai un animal de compagnie, je trouve une solution pour qu'il soit pris en charge:

- Soit un membre de l'entourage (famille, ami, ...)
- Soit un refuge. Dans ce cas, votre animal doit IMPERATIVEMENT être vacciné

Refuge pour Chiens

- Tierheim Schoppen VoG Aussenborner Weg 2 - 4770 AMBLEVE

De 14h à 18h sauf le mardi

 080/643 953

Refuge pour Chiens et Chats

- SVPA Rue Slar 112 - 4801 STEMBERT du LU au VEN, de 8h30 à 12h et de 13h à 16h45

 087/33 47 56

b. Non-acharnement

Chacun est libre d'établir une « Déclaration anticipée de refus de traitements » au moyen de la déclaration anticipée négative. Cela permet aux médecins et au personnel soignant d'en tenir compte, plus tard, lorsque la personne ne peut plus s'exprimer par elle-même. Cette déclaration ne s'enregistre pas à la commune, elle doit être établie correctement, de préférence avec son médecin.

Des documents-types existent chez les prestataires de soins (clinique, centre médical, généraliste, ...)



12. J'ai besoin d'un lieu de convalescence, d'un lieu de vie entièrement adapté - Maisons de repos et de soins

a. Garde-Malade à domicile

- **A.D.M.R.** Aide à Domicile en Milieu Rural

☎ 087/67 45 30

- **C.S.D.**

☎ 04/338 20 20

- **A.S.D.** Aide et Soins à Domicile

☎ 080/880 880

- **Vivre à domicile**

☎ 087/300 130

b. Convalescence et Service d'accueil de jour

- **Intercommunale**

« Les Heures Claires »

Avenue Reine Astrid 131 - 4900 SPA

☎ 087/77 41 61

- **Maison de Repos**

« Sainte-Joséphine »

Rue de la Chaussée 25 - 4910 THEUX

☎ 087/53 94 94

- **« La Navette »**

Projet de soins alternatifs et de soutien aux soins pour personnes âgées. Service d'accompagnement gériatrique à domicile

☎ 087/32 90 90

- **Domaine de Nivezé**

Mutualité Chrétienne

Route du Tonnelet 76 - 4900 SPA

☎ 087/79 00 00

c. Maison de repos, Maison de repos et de soins

(MR)	Maison de repos	(MRS)	Maison de repos et de soins
(CS)	Centre Court Séjour	(CAJ)	Centre d'accueil de jour
(RS)	Résidence-services	(Cantou)	Personnes atteintes de démence

• A Malmedy :

Résidence du Grand Fa – CPAS

Place des Arsilliers 1 à Malmedy

(MR) (MRS) (CS)

 **080/440 790**

Home Saint-Vincent de Paul

Rue Curé Beckman 7 à Xhoffraix

(MR)

 **080/330 597**

Résidence Les Arcades

Avenue de la gare 18 à Malmedy

(MR) (MRS) (Cantou)

 **080/79 91 50**

• Sur les communes voisines :

Les Cheveux d'Argent

Avenue Fernand Jérôme 38 à 4845 SART-LEZ-SPA

(MR)

 **087/77 44 20**

Sainte-Joséphine

Rue de la Chaussée 25 à 4910 THEUX

(MR) (MRS) (CAJ)

 **087/53 94 94**

« Les Heures Claires »

Avenue Reine Astrid 131 à 4900 SPA

(MR) (MRS) (Cantou) (CS) (RS)

 **087/77 41 61**

Résidence Fernand Nicolay

Pré Messire 22 à 4970 STAVELLOT

(Mr) (MRS) (Cantou)

 **080/89 24 06**

Maison de repos Ph. Wathelet

Borgoumont 103 à 4987 STOU MONT (La Gleize)

(MR) (MRS)

 **080 89 25 11**

Les jardins d'Elisabeth

Rue du bac 2 à 4950 WAIMES

(MR) (MRS) (Cantou) (CS)

 **080 429 111**

13. Je fais face au vieillissement, à une maladie ou au handicap

Lorsqu'une personne est confrontée aux défis liés à l'avancée en âge, elle peut s'adresser immédiatement au service compétent. Qu'il s'agisse d'une maladie chronique, d'une maladie mentale, d'un handicap physique, il existe des soins spécifiques et des services pour vivre cette nouvelle situation au quotidien.

En première ligne vous pouvez vous adresser à votre généraliste et à votre mutuelle. Viennent ensuite les services de santé spécialisés et les services administratifs et d'aide propres à votre situation.

a. Face à une maladie ou une maladie chronique

Je m'adresse à mon médecin  p.26 voir 9. a. Médecins généralistes  p.24 voir 9. SANTE

• Autres services d'aides

Aidants Proches asbl

Route de Louvain-La-Neuve 4

5001 NAMUR (Belgrade)

✉ infoaidants@aidants.be

☎ 081/74 68 79

Association belge du diabète

Place Homère Goossens 1 - 1180 BRUXELLES

 www.diabete-abd.be

✉ abd.diabete@diabete-abd.bez

☎ 02/374 31 95

Association Parkinson

Ancien Hôtel de Ville d'Ensival

Grand-Place 1 - 4800 Verviers

Dernier lundi du mois à 14h30

✉ info@parkinsonasbl.be

De 9h à 17h

☎ 081/56 88 56

Madame GREGOIRE Cécile

☎ 0495/38 11 93

Ligue belge de la sclérose en plaques

(Liège) Parc industriel sud 64

Rue des Linottes 6 - 5100 NANNINES

du MA au VEN de 9h à 12h

 www.ms-sep.be

✉ liege@liguesep.be

☎ 04/344 22 62

Ligue Alzheimer

Montagne Sainte-Walburge 4/B - 4000 LIÈGE

✉ ligue.alzheimer@alzheimer.be

☎ 04/229 58 10

☎ 0800/15 225

• Café Alzheimer à Stavelot

Local Croix-Rouge, Chemin du Pré des

Larrons - 4970 STAVELLOT

4^{ème} lundi du mois à 14h

Pour : Patients, familles, professionnels, ...

Convivialité - Ecoute - Fin du tabou ...

☎ 080/880 880

Ligue braille asbl

Rue des Guillemins 63 - 4000 LIÈGE

du ME au VEN de 8h à 11h

 www.braille.be

✉ barbara.magenti@braille.be

☎ 04/229 33 35

Focus Fibromyalgie Belgique

Rue Frérot 30 - 7020 NIMY

 www.focusfibromyalgie.be

✉ info@focusfibromyalgie.be

☎ 060/37 88 58

Fondation contre le cancer à Liège

✉ liege@fondationcontrecancer.be

☎ 0473/82 14 67

• Cancerphone de 9h à 18h

☎ 0800/15 801

• Coiffure (perruques)

Au-delà du miroir à Stavelot

☎ 080/88 02 53

Clinique du cheveu Sanny à Ligneuville

☎ 080/57 03 25

b. Face au handicap ou une augmentation de la dépendance aux aides

L'avancée en âge est pour une partie d'entre nous synonyme d'augmentation de la dépendance : dépendance aux autres, aux soins de santé, aux services et aux aides. Cette nouvelle situation, provisoire ou pour une longue durée, peut nous faire entrer dans les conditions pour obtenir un statut, des aides ou des avantages. Il y a quelques formalités à remplir pour faire valoir ses droits.

• MyHandicap SPF Sécurité sociale – Direction Générale Personnes Handicapées



Je peux solliciter une reconnaissance médicale de mon handicap au Service Public Fédéral – Bd du jardin botanique 50, boîte 150 – 1000 BRUXELLES

 www.myhandicap.be

 **0800/987 99**

Pour introduire ma demande MyHandicap, je peux :

• **L'introduire moi-même à domicile** :  www.MyHandicap.be

Il est nécessaire de vous munir de votre carte d'identité, d'un lecteur et de votre code PIN

• **L'introduire via ma mutuelle**

Renseignez-vous sur le service social, sur la possibilité d'introduire la demande à domicile

• **L'introduire via la commune** – service des affaires sociales

sur RDV le mardi après-midi

 **080/799 623**

Il est nécessaire de vous munir de votre carte d'identité, des nom et prénom du médecin et de votre n° de compte

Selon la reconnaissance médicale et mes revenus, je peux bénéficier d'une

Allocation de revenus Allocation d'intégration < 65 ans

Allocation Personne Agée > 65 ans

ATTENTION, le bénéficiaire est tenu d'informer le SPF Sécurité sociale de tout changement administratif : déménagement, composition de ménage, revenus, revenus de remplacement, entrée en maison de repos, ... De même, le bénéficiaire qui atteint l'âge de 65 ans doit demander une révision de son dossier pour demander l'Allocation Personne Agée.

Je peux obtenir des explications, des renseignements

• durant la permanence des travailleurs sociaux du SPF Sécurité sociale

le 2^{ème} lundi du mois de 9h30 à 11h30 au CPAS, Place des Arsilliers 2 A à Malmedy

• en consultant mon dossier sur le site  www.MyHandicap.be

Je peux demander une révision de ma reconnaissance médicale et/ou de mon allocation s'il y a un changement de mon état de santé ou pour des raisons administratives

Je peux obtenir d'autres avantages sociaux et fiscaux :

- Tarif téléphonique social,
- Tarif social gaz électricité
- Réduction d'impôts
- Réduction du précompte immobilier (avant 65 ans)
- Carte de stationnement handicap
- Franchise TVA pour l'achat d'une voiture
- Exemption de la taxe de circulation
- Carte accompagnateur gratuit - Conditions et information :

SNCB Gare de Verviers

Sécurité Sociale DG Personnes handicapées

- Service « B for you », dans 132 gares belges (dont Verviers)

SNCB Contact Center

☎ 087/30 82 05

☎ 0800/987 99

☎ 02/528 28 28

- **L'AViQ** L'Agence pour une Vie de Qualité

✉ info@aviq.be

Pour toute question ayant trait à mon handicap, je contacte :

Le Bureau régional de Liège de l'AViQ - rue du Vertbois 23/25 - 4000 LIEGE

Je peux bénéficier :

- d'aides matérielles telles que l'adaptation de mon logement ou de mon véhicule
- d'aides techniques pour lire et écrire ...

J'introduis ma demande auprès de l'AViQ impérativement avant mes 65 ans.

Si j'ai au moins 15 points de perte d'autonomie via MyHandicap, je peux bénéficier d'un « budget d'assistance personnelle ». Ce budget consiste en la prise en charge d'aides familiales, d'aides ménagères, de titres-service pour faciliter mon maintien à domicile.

Je trouve d'autres informations sur de nombreux sujets en rapport avec le handicap sur :

💻 www.wikiwiph.be

N° vert Seniors ☎ 0800/16 210

N° vert Handicap ☎ 0800/16 061

• Handicontact

Le Handicontact est l'agent communal qui est chargé d'informer et d'orienter les personnes dans le domaine du handicap.

A Malmedy : François Cronenberg (bureau Etat-civil)

☎ 080/799 623

c. Face à la fin de vie, soins palliatifs et euthanasie

• Plate-Forme des Soins Palliatifs de l'Est Francophone

Rue de la Marne, 4 - 4800 VERVIERS

✉ verviers@palliatifs.be

☎ 087/23 00 16

☎ 0473/51 74 74

Garde des infirmières

L'équipe des soins palliatifs cherche à améliorer la qualité de fin de vie des patients et de leur famille par la prévention et le soulagement de la souffrance et par le traitement de la douleur et des autres problèmes physiques, psychologiques et spirituels.

• Chacun est libre d'établir une « Déclaration anticipée d'euthanasie ».

Cela permet au médecin de pratiquer une euthanasie suite au triple constat :

- l'affection est grave et incurable ;
- la patient est inconscient ;
- la situation est irréversible selon l'état actuel de la science.

Cette déclaration, valable 5 ans, peut être enregistrée et cela est souhaitable) à la commune et doit être approuvée par 2 témoins.

► Formulaire disponible à la commune et sur  www.health.belgium.be

• Les différentes déclarations

Le législateur a prévu différentes déclarations anticipées pour faire respecter ses volontés en cas d'incapacité à s'exprimer ou de décès :

- La « Déclaration anticipée de refus de traitements » qui permet d'éviter de subir des soins non-désirés, parfois appelés acharnement thérapeutique. Ne s'enregistre pas à la commune.

- La « Déclaration de dernières volontés » (inhumation ou incinération, rite pour les obsèques, contrat d'obsèques, ...), s'enregistre à la commune.

• **Service Population** Rue J. Steinbach 2 à Malemdu ☎ 080/799 634

- La Déclaration de don d'organes

La déclaration est prévue pour exprimer son opposition ou son acceptation explicite au prélèvement d'organes et de tissus destinés à la transplantation après décès. En effet, la loi rend ce prélèvement possible pour toute personne domiciliée en Belgique lors de son décès. Dans certaines situations, l'acceptation explicite permet au médecin de prélever les organes immédiatement. Cette déclaration, enregistrée à la commune, peut être revue à tout moment.

- Document pour léguer son corps à la science

Il s'agit d'un document manuscrit dans lequel je mentionne l'université de mon choix qui pourra réclamer le corps. Il est recommandé de s'informer au préalable auprès de l'université. Ce document ne s'enregistre pas à la commune. Il peut être joint au testament.



AIDES ET AUTRES SERVICES



14. J'ai besoin d'une aide administrative ou sociale, d'un conseil juridique

a. Ecrivain public

L'écrivain public fournit une aide personnalisée, **confidentielle et gratuite**, pour lire et rédiger vos courriers administratifs et importants. La fonction principale d'un écrivain public est de permettre aux personnes d'exprimer, avec leurs propres mots, leurs requêtes, émotions ou envies. Nous ne sommes pas tous égaux face à l'écriture. C'est pour lutter contre cette forme d'inégalité que la permanence d'écrivains publics existe.

- **Bibliothèque de Malmedy** – Place du Châtelet 7 A à Malmedy

Permanence chaque mardi de 9h30 à 11h30 et sur RDV

 **0476/41 54 17**

b. Aides sociale, fiscale

- **Le C.P.A.S. :**

Le Centre Public d'Action Sociale (C.P.A.S.) de Malmedy est un organisme public qui assure la prestation d'un certain nombre de services sociaux et veille au bien-être de chaque citoyen.

Place des Arsilliers 2a à Malmedy

 www.malmedy.be rubrique CPAS

 **080/799 740**

- **Article 27**

Article 27 lutte pour faciliter l'accès et la participation à la vie culturelle des publics précarisés. En Wallonie, l'association est répartie en 14 cellules locales coordonnées par une cellule régionale. Chaque cellule travaille avec un réseau d'opérateurs culturels et sociaux.

Article 27 Verviers : Rue de la Station, 37 - 4800 VERVIERS

 www.article27.be

 emma.bellefontaine@article27.be

Emma Bellefontaine (Coordinatrice)

 **087/39 30 36**

- **Aide à la déclaration fiscale**

Plusieurs types d'aides sont mis à votre disposition pour remplir votre déclaration à l'impôt des personnes physiques. Des brochures (jointes à votre déclaration) et les bureaux locaux de taxation de l'Administration fiscale (permanences tax-on-web).

Bureau de Malmedy – Team 6

Rue Joseph Werson à Malmedy de 9h à 12h

 2p.liege.team6@minfin.fed.be

 **0257/78 570**

c. Aides juridiques

Aide juridique de 1^{ère} ligne – le premier conseil

L'aide juridique de première ligne vous permet d'obtenir gratuitement des renseignements pratiques, des informations juridiques et un premier avis juridique. Le premier conseil est donné au cours de permanences brèves à vocation générale ou spécialisée (droit de la jeunesse, droit du séjour, aide sociale, droit au logement, ...) Vous pouvez également être orienté vers un service spécialisé.

Aide juridique de 2^{ème} ligne – désignation d'un avocat

Après examen de la situation personnelle et financière du demandeur ou du ménage avec lequel il forme une communauté de vie, un avocat de permanence désigne un confrère pour mener une procédure ou donner un conseil approfondi. Les permanences de désignation sont également à vocation générale ou spécialisée (droit de la jeunesse, droit du séjour, ...) En outre, si vos moyens financiers sont limités, vous pouvez demander, sous certaines conditions, à être exempté d'une série de frais de procédure (les frais d'huissier, les coûts de copies du dossier répressif,...) via le système de l'assistance judiciaire.

• Palais de justice

Rue du Tribunal 4 – 4800 VERVIERS (local 49, ancienne aile)

Secrétariat du bureau d'aide juridique

✉ bajdeverviers@gmail.com

☎ **087/32 37 91**

☎ **087/32 37 93**

Aide de 1^{ère} ligne

Aide de 2^{ème} ligne

Lundi de 11h à 12h – mercredi de 11h à 12h

Il est recommandé de prendre un ticket dès 10h

mardi de 11h à 12h – vendredi de 11h à 12h

• Maison de Justice de Verviers (aide de 1^{ère} ligne)

Rue Saint-Remacle 28 – 4800 VERVIERS

Vendredi de 11h à 12h

d. Autres services

• Justice de Paix de Spa, Stavelot, Malmedy Siège de Spa

Avenue Reine Astrid 77 – 4900 SPA du LU au VEN de 8h30 à 12h30

✉ j.p.spa@just.fgov.be

☎ **087/77 19 92**

• Maison de Justice de Verviers

Rue Saint-Remacle 28 – 4800 VERVIERS du LU au VEN de 9h à 12h et de 13h à 16h

☎ **087/32 44 50**

• **Secrétariat de la commission fédérale de médiation** – WTC III

Médiation judiciaire

Vous êtes en conflit avec un membre de votre famille, votre propriétaire ou un voisin ? La médiation est une des méthodes alternatives à la procédure judiciaire pour résoudre des conflits. Une personne neutre (médiateur) recherche avec vous et l'autre partie, en toute confidentialité, un accord qui soit acceptable pour tous.

Avenue Simon Bolivar, 30 - 1000 BRUXELLES

✉ secr.commissiondemediation@just.fgov.be

💻 www.fbc-cfm.be/fr

☎ **02/552 24 00**

► **Votre mutuelle met au service de ses affiliés un service juridique.**

📄 p.26 voir 24v voir 9. SANTE

• **Notaires dans notre commune**

Maitres Robert LEDENT

& Florence GODIN (associés)

Avenue Monbijou 14 B

✉ florence.godin@belnot.be

✉ robert.ledent@belnot.be

☎ **080/79 15 80**

Maitre Erwin MARAITE

Rue Abbé Peters 32

✉ info@notariat-maraite.eu

✉ morgane.crasson@belnot.be

☎ **080/33 08 86**

Maison des Notaires de Verviers

Permanences : 2^{ème} et 4^{ème} samedis du mois de 10h à 12h. (Sauf congés)

Mont du Moulin, 17 - 4800 VERVIERS

☎ **087/31 45 79**

e. Face à l'incapacité

Désignation d'un Administrateur provisoire de biens

Les ennuis de santé ou les troubles de la mémoire peuvent parfois empêcher une personne de gérer correctement ses biens, amenant ses proches ou des professionnels à prendre des décisions dans l'intérêt de la personne. Afin de protéger les biens, une mesure de protection appelée «l'administration provisoire de biens» peut être demandée auprès du juge de paix. L'administrateur aura pour mission de gérer le patrimoine de manière avisée et attentive. Sa rémunération ne peut dépasser 3% des revenus de la personne protégée.

• **Justice de Paix**

📄 p.41 voir 14. d. Autres services

☎ **087/77 19 92**

ET APRÈS ...

Réalisé avec l'aide de la Fondation Roi Baudouin et de la Fédération Royale du Notariat belge



15. Je veux préparer « l'après » ...

Lors d'un décès, la famille du défunt se trouve face à des démarches administratives à effectuer dans un moment difficile. Certaines peuvent être facilitées ou réglées à l'avance, afin de permettre au défunt de voir ses dernières volontés respectées, de soulager ses proches dans ces démarches et éventuellement de marquer ses choix par rapport à sa succession (au-delà de ce que prévoit la loi).

a. Mes démarches

Je fais un mémo de mes comptes bancaires et assurances (vie, pension, ...) et un relevé de mes fournisseurs (énergie, eau, télécom, assurances, ...)

Je peux régler ma succession par testament, seul ou avec mon notaire, et me renseigner sur les assurance-décès, les assurances-obsèques.

b. Mes dernières volontés

Je laisse un document reprenant mes souhaits de services funèbres, le nom de mon notaire, les coordonnées de mon assurance-décès, ...

J'entreprends les démarches concernant les déclarations anticipées (dernières volontés, don d'organe, euthanasie), le don du corps à la science et le non-acharnement thérapeutique.

À la commune, je peux enregistrer mes déclarations anticipées au service Population.

• **Service Population** Rue J. Steinbach 2 à Malemby ☎ **080/799 634**

Pour le don du corps à la science, je prends contact avec une université.

Pour la déclaration de refus anticipé (non-acharnement), je prends contact avec mon médecin.

📄 p.38 voir 13 c. Les différentes déclarations

▶ **Toutes ces informations pourraient être rassemblées dans un dossier. Je pourrais indiquer à un proche où se trouve ce dossier**

• **Notaires** 📄 p.42 voir 14. d. Notaires

16. Que faire lors du décès de mon conjoint ?

Durant cette épreuve, l'entrepreneur des pompes funèbres et le notaire sont deux acteurs importants pour les différentes démarches et formalités.

Les premières heures après le décès

- Faire constater le décès par un médecin. A l'hôpital, ce constat s'effectue automatiquement.
- Contacter une entreprise de pompes funèbres pour prendre soin du défunt, régler certaines formalités, rédiger un faire-part.
- Déclarer le décès à l'administration communale (du lieu du décès), déclaration généralement prise en charge par les pompes funèbres.

Pour la déclaration de décès, il faut rassembler différents documents :

- le certificat de décès établi par le médecin
- la carte d'identité du défunt
- le carnet de mariage
- le permis de conduire (le cas échéant la carte de stationnement handicapé)
- éventuellement une demande d'incinération

La commune s'assurera de faire respecter les dernières volontés du défunt (inhumation, incinération) et établira l'acte de décès. Vous aurez besoin de copies (extraits d'acte de décès) à remettre aux banques, aux assurances, à la mutualité et au notaire notamment.

- Eventuellement, faire don de ses organes ou de son corps à la science.

Comme démarches administratives urgentes ?

- Désigner un Notaire concernant un testament éventuel
- Contacter la (les) banque(s) au sujet des avoirs du défunt

Pour organiser les funérailles ?

- Veillez à respecter les dernières volontés de votre conjoint, une déclaration a peut-être été faite à la commune
- Assurez la possibilité d'un dernier adieu
- Plusieurs services funèbres existent (inhumation, crémation), parlez-en avec les pompes funèbres.

Qui prévenir ?

Outre la banque et le notaire, il y a lieu de prévenir certaines instances

- Les personnes et organismes qui envoient du courrier destiné au défunt
- La direction de l'immatriculation des véhicules (DIV)
- La personne ou l'organisme concerné par le logement du conjoint
- L'employeur
- Le comptable
- Les compagnies d'assurance
- L'organisme qui versait à votre conjoint des revenus de remplacement
- Le SFP si votre conjoint était pensionné
- La mutualité

Parce que la vie continue

- Faites valoir vos droits en tant que conjoint pour une pension de survie auprès de le Service Fédéral des Pensions.

- Renseignez-vous sur ce qu'il advient de votre habitation auprès de votre notaire, de votre propriétaire ou de votre société de logement.

- Les mois qui suivent le décès, la déclaration de succession devra être déposée, endéans les quatre mois, auprès du bureau d'enregistrement compétent.

La déclaration fiscale de l'année en cours du défunt devra être déposée au mois de juin de l'année qui suit le décès.

NUMÉROS UTILES

Les Numéros 112 et 101 ne sont à utiliser qu'en cas d'**URGENCE**.
Il y a lieu de communiquer le **LIEU** exact, la nature des **FAITS**,
s'il y a des **BLESSÉS** et **QUI** est au téléphone.

a. Numéros d'urgence (ces n° sont gratuits !)

Accident ? Agression ?	n° unique en Europe	☎ 112
Ambulance et pompiers	anciennement le 100	☎ 112
Police		☎ 101
Ecoute enfants-ados		☎ 103
Télé-Accueil	quelqu'un à qui parler 24h/24	☎ 107

Principaux services de secours (n° payant)

Croix-Rouge	transport NON-urgent	☎ 105
Centre Anti-poisons		☎ 070/245 245
Centre des brûlés	CHU à Liège	☎ 04/366 72 94
Clinique Reine Astrid		☎ 080/79 31 17

b. Maltraitance – Services d'aide

Respect SENIORS	permanence gratuite de 9h à 17h	☎ 0800/30 330
Maison de police		☎ 080/281 800
Card stop		☎ 070/344 344
Poste		☎ 022/012345
SENoah asbl	conseil logement des seniors	☎ 081/22 85 98
N° vert SENIORS		☎ 0800/16 210

Conseils en matière de logement, de santé de nutrition d'aides, d'activités

c. Santé et Assuétude

Médecins de garde WE et du ven 19h au lu 8h
jours fériés de la veille au lendemain 8h

☎ **1733**

SOS SOLITUDE n° gratuit de 9h à 18h

☎ **02 548 98 08**

Centre de prévention du Suicide 24h/24

☎ **0800/32 123**

Cancerphone de 9h à 18h

☎ **0800/15 801**

Antenne de Liège ✉ liege@fondationcontrelecancer.be

☎ **0473/82 14 67**

Pharmacie - service de garde 1,50€ /min

☎ **0903/99 000**

Alcooliques Anonymes

☎ **078/15 25 56**

Al Anon

☎ **02/216 09 08**

pour les parents et les proches, permanence de 9h à 22h

Tabac STOP de 15h à 19h

☎ **0800/11 100**

d. Ville de Malmedy

Accueil Malmedy de 8h à 12h

☎ **080/799 666**

Services techniques de 8h à 12h

☎ **080/799 620**

Agent constatateur de 8h à 12h

☎ **080/799 661**

Pour toute recherche de renseignements vous pouvez utiliser le ☎ **1307**
Attention numéro surtaxé

MES CONTACTS

Mon numéro de GSM :

- a. Mutuelle
- b. Médecin traitant
- c. Kinésithérapeute
- d. Pharmacien
- e. Dentiste
- f. Coiffeur (se)
- g. Pédicure
- h. Vétérinaire

-
- a. Coordination à domicile
 - b. Infirmière(s) à domicile
 - c. Aide-familiale
 - d. Service de repas
 - e. Service de télévigilance

Contacts utiles pour me venir en aide en cas de problèmes

- a. Personne de contact
- b. Groupe sanguin
- c. Autre personne à contacter en cas de problème (famille ou entourage)
.....
- d. Allergies, Affections, Problèmes de santé graves :
-

