

1TOIT 2AGES NEWS



ASBL 1toit2Ages, rue Sneessens, 16, 1040 Etterbeek - Responsable rédaction : M. Mouthuy
www.1toit2ages.be direction@1toit2ages.be 0475/93.28.28

Mot de la présidente



Chers Membres d'1toit2âges,
Comment les plus de 60 ans appréhendent-ils la vieillesse ? De quoi s'inquiètent-ils ? Comment se préparent-ils à « plus tard » ? À la demande de la Fondation Roi Baudouin, le bureau d'études Indiville a réalisé une enquête auprès de plus de 2.000 personnes de plus de 60 ans.

Une majorité de répondants porte un regard très positif sur la vieillesse : un rythme de vie plus calme, du temps pour soi, les amis, du temps pour profiter des petits-enfants. Enfin, c'est unanime, presque tous les plus de 60 ans espèrent pouvoir vivre encore très longtemps chez eux.

C'est aussi le souhait de l'ASBL qui s'efforce de prolonger cette période grâce à la présence rassurante d'un étudiant à la maison. Cette rentrée 2017 nous permet à nouveau de pointer du doigt tout le sens de notre travail, et vos témoignages de

Dans ce numéro

Mot de la présidente	1
1Toit2Ages, une aide à la réussite des études	1
Un binôme, une histoire...de famille	2
Concours photo	2
Nos adhérents ont du talent	3
Senior TipTop : restez autonomes	3
Infos pratiques	4

plus en plus nombreux nous encouragent au quotidien ! Si nous vous aidons un peu... Sachez que vous aussi, vous nous apportez beaucoup ! Des échanges, des partages, des rires...

Au nom de toute l'équipe je vous souhaite à tous une très belle année intergénérationnelle !

Claire de Keratem.

1Toit2Ages, une formule qui aide à la réussite des études !

Une enquête de satisfaction réalisée auprès de cent étudiants révèle qu'1toit2âges contribue à leur réussite.

En juin dernier, à l'issue de l'année scolaire 2016-2017, une enquête a été réalisée auprès de 100 étudiants. Parmi les données recueillies, nous vous partageons quelques informations intéressantes.

Du point de vue purement statistique, le sondage permet de dessiner un profil du jeune accueilli. La moyenne d'âge est de 22 ans. La plus grande partie des jeunes se trouvent en 1ère ou 2ème année d'études, en haute école ou université.

Viennent ensuite les retours sur la satisfaction des jeunes par rapport à la formule 1toit2âges. 80% des étudiants se disent satisfaits, voire très satisfaits des services d'1toit2âges. Plus de la moitié des étudiants sont satisfaits de leur relation avec

l'accueillant. La plupart des étudiants (80%) sont satisfaits de l'accueil qu'ils ont reçu, des échanges qu'ils ont eus avec l'accueillant et de l'expérience vécue par rapport à leurs attentes initiales. La même proportion se dit satisfaite du logement, et des différents aspects qu'inclut celui-ci : sentiment de sécurité et confort matériel, bonne localisation par rapport au lieu d'études, accessibilité en transports en commun.

Enfin, quant à la réussite scolaire des jeunes, trois quarts ont réussi en première session... Deux tiers des jeunes reconnaissent qu'1toit2âges les a aidés dans leur réussite.

Félicitations et merci à tous les étudiants !

Un binôme, une histoire... de famille

Depuis 4 ans, la famille de R. accueille une étudiante qui apporte un petit coup de main à l'organisation quotidienne de la maison. C'est la troisième année que Davie loge sur place et s'occupe des deux filles.

Virginie : C'est la 4ème année qu'on accueille une étudiante par le biais d'1toit2âges. A l'époque, j'étais enceinte de ma deuxième, je venais d'être opérée, j'avais besoin d'une aide pour les enfants. Une amie de ma mère m'a parlé de l'association. Mon mari était sceptique... Moi, dans mon tempérament, j'aime avoir du monde à la maison. Ignace m'a dit : « *Je veux bien rencontrer une étudiante mais on ne s'engage à rien pour le moment.* » Heureusement, c'était Davie. Elle a sept filleuls. Le premier contact a été super. Ignace a directement été à l'aise. C'est très chouette pour les enfants aussi. Alice a toujours connu une étudiante à la maison. Quand Pascaline, l'aînée, parle de la famille, elle inclut Davie.

Pour moi, les études de Davie restent prioritaires par rapport aux coups de main qu'elle donne. En ce qui concerne les repas, il nous arrive de les partager, mais on a souvent des horaires différents. Je fais des soupes, Davie des pâtisseries. On a pas mal de points communs, je suis médecin, Davie étudie la psycho, on joue du piano et on chante toutes les deux.

Davie : C'est ma troisième année chez Virginie et Ignace. Je voulais quitter la maison et je cherchais une alternative.

Lors de l'entretien avec 1toit2âges, j'ai entendu qu'une famille cherchait une étudiante.



Or je suis plus à l'aise avec les enfants qu'avec les personnes âgées, c'est une autre dynamique. Les tâches établies étaient claires et me semblaient réalisables. J'avais un peu peur que le bébé ne fasse pas ses nuits mais finalement ça s'est super bien passé. On a très vite établi un horaire avec qui fait quoi et c'est assez fixe. C'est une famille très souple, on échange les tâches à un autre jour quand c'est plus facile pour l'un ou l'autre et qu'on peut le faire. La preuve que cette formule est conciliable avec les études, c'est que la seule année que j'ai ratée est celle que je n'ai pas passée dans la famille ! Et puis Virginie, qui est médecin, m'a aidée pour le cours d'anatomie, et le schéma du cœur... que j'ai eu à l'examen.

Concours photo : Votre binôme aux couleurs de l'automne

Comment représenteriez-vous votre binôme en image, avec pour thème « Fruits d'automne » ? Nous lançons la deuxième édition de notre concours de photo de binômes. L'invitation est adressée à tous les binômes de l'association : mettez-vous en scène dans un décor d'inspiration automnale l'instant d'un clic photographique. Concrètement, les participants sont invités à envoyer leur photo :

– pour le 1er décembre 2017 au plus tard

– à l'adresse bruxelles@1toit2ages.be

– au format jpeg ou pdf : pixel min 300 dpi

– légendée, pour expliquer le contexte

– l'originalité et l'inventivité seront prises en compte.

Les gagnants recevront pour Noël un bon d'achat d'une valeur de 100 euros (pour chaque partie du binôme) dans le magasin de leur choix.

Bonne chance à tous...

et bon amusement !



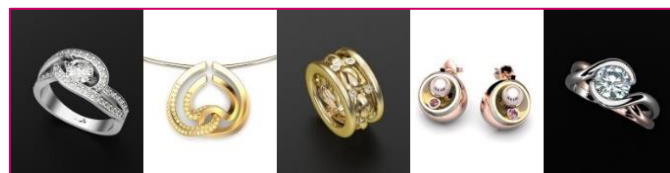
Nos adhérents ont du talent !

Nathalie Mattheeuws, accueille une étudiante en formule famille. Sa passion de toujours, la joaillerie, est devenue son métier, après la thrombose qu'elle a subie il y a 15 ans.

« *Je pense tout le temps à la bijouterie* », confie Nathalie Mattheeuws, qui glane des photos de fleurs lors de ses vacances en Suisse, au Viêt Nam, ou ailleurs... « *La nature m'inspire beaucoup, j'aime l'alliance de formes carrées et courbes.* » La joaillière de Cameleor estime qu'un bijou est réussi quand le dessin est beau, que les pierres sont belles et que l'assemblage est harmonieux. Chaque bijou est unique et répond à une commande. « *Le client me dit « je voudrais une bague un peu comme ci, comme ça », Je me fonds dans ses désirs.* » Mariage, fiançailles, anniversaire, baptême... Nathalie apporte une note de luxe à d'heureux événements. « *Je dessine le bijou et on l'imprime en 3D. Un bijoutier coule l'or et le sertisseur arrange le tout.* » Avant sa thrombose, Nathalie confectionnait les bijoux à la main.

C'est un 24 décembre, il y a presque 15 ans. Nathalie Mattheeuws, mène alors une vie de célibataire hyperactive (ergothérapeute la journée, maquilleuse à la Monnaie le soir, et formation en bijouterie aux Arts et Métiers). Elle est victime d'une thrombose. En fin de journée, sa sœur inquiète se rend chez elle et la trouve paralysée. L'accident a affecté certaines aptitudes physiques et mentales mais le rêve de devenir joaillière est intact. Nathalie

doit tout réapprendre de zéro : bouger, marcher, parler, lire, écrire. « *J'ai eu beaucoup de chance pour dépasser mon handicap, je me suis mariée, j'ai eu un enfant* ». Elle fait également preuve d'une volonté qui force l'admiration. Peu à peu, elle recouvre une part des capacités affectées. Son côté droit reste en partie paralysé. « *Je fonctionne à une main et demie. La première fois que j'ai dessiné à la main gauche, c'était très fort : la femme avait un autre regard que celle que je dessinais à la main droite.* » Avec le soutien de son mari, elle découvre un programme informatique qui lui permet de reprendre son rêve, de le développer et le concrétiser. « *La bijouterie même ne me pose aucun problème. Ce qui est autour : le sertissage, parler, négocier, est plus difficile. Aujourd'hui, je n'ai plus d'autre métier donc je suis tout à fait dans le coup, plus concentrée.* »



⇒ Création de bijoux sur mesure : www.cameleor.com

Senior TipTop ; restez autonomes !

Dans une Newsletter précédente, 1 toit2âges vous parlait déjà de Senior TipTop. Cette boutique en ligne propose aux personnes âgées des objets fonctionnels pour la maison, les déplacements, des produits pour le confort et le bien-être, aussi sous forme de petits cadeaux ciblés.

Ces objets sont censés les aider à rester autonomes dans leur vie quotidienne et ainsi leur permettre de rester chez elles le plus longtemps possible.

Tout récemment, la boutique en ligne de Senior TipTop a bénéficié d'un relooking... Elle est désormais plus simple à utiliser. Accueillants et

étudiants adeptes du logement intergénérationnel, n'hésitez pas à y faire un petit tour. Si vous les contactez de notre part, vous recevrez un petit cadeau supplémentaire dans votre colis.

⇒ www.senior-tiptop.com



Un jeu pour connecter les générations

2 minutes ensemble ! est un jeu de cartes qui vise à connecter les générations, les amis et la famille en permettant à chacun de s'exprimer à tour de rôle. « *Je décris... mon meilleur souvenir* », « *Je raconte... un jouet ou une peluche qui a accompagné mon enfance* », « *J'imagine... être un personnage de film* », « *En ce moment... un refrain que j'aime fredonner* », etc. En tout, la boîte compte 52 cartes qui invitent à parler de ses envies, à partager son expérience. L'objectif : mieux se connaître, renforcer les liens entre les générations et créer dialogue et complicité. Tout



le monde y gagne, de 5 à 120 ans ! Un chouette cadeau pour les fêtes.

⇒ Jeu disponible sur [amazon.fr](https://www.amazon.fr), à l'UOPC, Cook and Book et www.jeux2minutes.com à partir du 1er novembre 2017.

Relier les aides de proximité aux seniors

02/474.03.00 : « Allo ? Allo ! » propose une ligne téléphonique qui centralise les initiatives locales d'entraide aux seniors dans la ville de Bruxelles. Les bénévoles en ligne mettent en contact les seniors qui ont besoin d'une aide ou d'une information précise avec l'organisation adaptée. Le dispositif repose en quelque sorte sur le concept

de l'aide de voisinage. « Allo ? Allo ! » est encore en phase test. Au mois de janvier 2018, il sera évalué et si les résultats sont concluants, l'offre sera étendue aux 19 communes de Bruxelles-Capitale.



Recette de spéculoos

Ingrédients

300 gr de beurre
 1 pincée de sel
 1 sachet de sucre vanillé
 10 gr de mélange 4 épices
 (épices pour spéculoos)
 160 gr de cassonade blonde
 160 gr de cassonade brune
 1 œuf moyen entier
 400 gr de farine tamisée

Préparation (Préchauffer le four à 180°C)

Crémer le beurre avec le sel, le sucre vanillé et le mélange 4 épices.

Ajouter les cassonades blonde et brune et homogénéiser le tout à l'aide d'une spatule en plastique ou en bois.

Incorporer l'œuf au mélange et finalement la farine, en évitant de donner trop de corps à la pâte.



Former une belle boule et la recouvrir de film alimentaire avant de la placer au réfrigérateur pendant 1h.

Lorsque la pâte a bien durci, l'étaler, à l'aide d'un rouleau, sur +/- 2 mm d'épaisseur.

A l'aide d'un petit couteau pointu ou d'un emporte-pièce, réaliser des petites formes et motifs.

Placer une feuille de papier cuisson sur votre platine et y déposer les biscuits.

Laisser cuire 10-12 minutes.

A la sortie du four, les spéculoos doivent être encore un peu tendres. Les placer sur une grille afin qu'ils refroidissent et durcissent.