



www.sep-pas-sorcier.be
La SEP expliquée aux enfants

S Ligue Belge de la
Sclérose en Plaques
Communauté Française ASBL



le jdm

n°14

sept/oct/nov 2015

Nouveau
look pour
ton jdm

le journal de Myéland

Monde fantastique où Elliot & Leila
ensorcellent la SEP



Comment expliquer
aux copains que
maman est
différente?



Nouvelles rubriques!

Le doctionnaire:

l'équilibre c'est quoi ?

Les secrets des Sepiens:

Staby

Concours

A Gagner:
un T-Shirt avec tes
mascottes préférées



Tiens-le bien en main ! Après 3 ans d'existence et quelques essais d'habillages, ton JDM a changé de look. Plus de couleurs, davantage d'images, de nouvelles tenues pour les mascottes et l'arrivée de nouveaux personnages sont autant de plaisir qu'il va t'offrir. Je suis certain que tu vas l'apprécier. Alors accroche-toi, on part à sa découverte.

Nouveau look pour ton JDM

Ella.



@doc



L'avis du Docteur



Comment expliquer aux copains que maman est différente ?

Ce n'est pas facile d'avoir un parent atteint de sclérose en plaques. Maman n'est plus comme avant et a des comportements parfois différents des autres parents. Par exemple, elle est fatiguée, marche difficilement ou de travers, se déplace en chaise roulante, ... Les copains posent parfois des questions: «*Pourquoi ta maman ne vient pas à la piscine ?*», «*Pourquoi elle dort si tard le matin ?*».

Il n'est pas toujours possible de répondre à toutes ces questions. Cela dépend de plusieurs facteurs : ta capacité à répondre, ta compréhension de la question, ton humeur, ... C'est difficile de préparer des réponses toutes faites en lien avec la maladie.

Lorsqu'on te pose une question, l'idéal serait de donner des réponses que tu comprends ou qui ont du sens pour toi. Si les réponses ne sont pas tout à fait justes ou complètes, cela n'est pas grave. Tu peux dire «*je ne sais pas*» et, éventuellement, proposer de poser la question à l'un de tes proches ou encore à ton instituteur. Si le JDM t'aide à comprendre la maladie, tu peux le prêter à l'un ou l'autre de tes camarades. Il y a aussi d'autres solutions: ton instituteur, ta maman ou un professionnel peut expliquer la SEP à ta classe; tu peux imaginer un petit exposé sur la SEP à présenter aux copains; ou pourquoi pas faire, un dessin «comique» de tes réponses.

Attention, ce sont des idées pour t'aider à parler de la maladie, tu n'es pas obligé de les réaliser.

Ta personnalité, ton humeur peuvent avoir un impact sur ta manière de répondre aux questions. Il y aura donc des moments où tu auras envie d'expliquer la maladie et d'autres où tu préféreras te taire.

En conclusion, tu dois répondre aux questions des copains en fonction de qui tu es, de tes limites et tes facilités.

Maud Carlier – Psychologue.





les avantages d'être différent

Tu ne le sais peut-être pas mais utiliser une voiturette peut offrir certains avantages à ta maman dans la vie de tous les jours:

- Ta maman peut se garer juste devant les magasins.
- Les gens la laissent passer en rue pour ne pas se faire écraser les pieds.
- Tu as plus rapidement accès aux jeux dans les parcs d'attraction.
- S'il n'y a plus de place libre dans le cinéma, elle a déjà son siège.
- Quand tu es fatigué de marcher tu peux directement t'asseoir sur ses genoux.
- Quand ta maman est en vacances, elle a une super chambre avec une grande salle de bain dans les hôtels.

Tu penses à d'autres avantages d'être différent ? Communique-les nous sur www.seppassorcier.be

Leïla.

Les secrets des Sepiens

- **Prénom:** Staby!
- **Particularités physiques:** Cheveux rouges, n'a jamais un pied devant l'autre.
- **Caractéristiques:** Je provoque les problèmes d'équilibre de ta maman ; je lui cause beaucoup de soucis pour se déplacer à l'intérieur de la maison ou sortir faire les courses. A cause de moi, elle doit souvent s'asseoir ou se reposer.
- **Force de méchanceté:** J'attaque l'équilibre dynamique de ta maman, je la fais tomber!

Staby.



Le doctionnaire

- **L'équilibre statique:**
Chez l'homme, c'est l'oreille interne qui permet de tenir en position assise ou debout. Par exemple, une maman qui épluche des légumes debout sans bouger tient en équilibre.
- **L'équilibre dynamique:**
C'est maintenir son équilibre en étant en mouvement.
- **Le déséquilibre:**
Ta maman marche et soudainement son équilibre dynamique est interrompu. Elle perd l'équilibre.

Elliot.



Staby



l'interview

d'Elliot



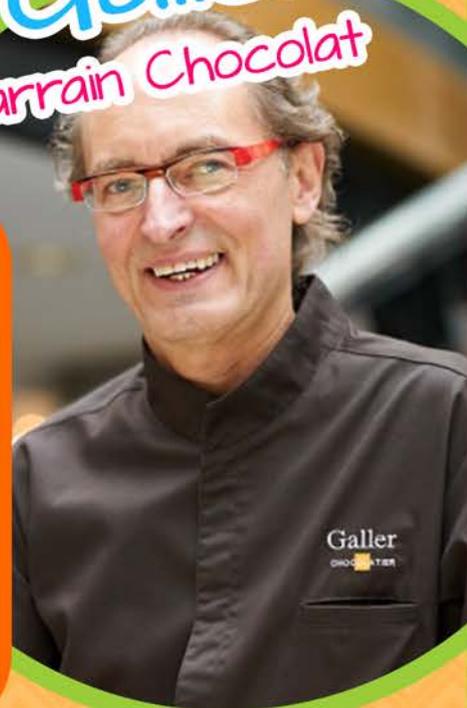
Rencontre avec

Jean Galler

Notre Parrain Chocolat

L'Opération Chococlef fête cette année ses 30 ans. Comment est né ce partenariat avec la Ligue? Etes-vous heureux et «fier» que votre nom soit associé à une telle opération?

Un jour, un Monsieur est entré dans ma boutique. A l'époque, je travaillais seul avec ma maman et nous emballions les chocolats un à un à la main. Ce Monsieur m'a dit qu'il était bénévole à la Ligue pour la région de Liège et qu'il cherchait un partenariat pour récolter des fonds. Au début, 75.000 bâtons ont ainsi été achetés au travers de l'association. Après, l'Opération s'est étendue à d'autres provinces et aujourd'hui c'est toute la Ligue du Nord comme du Sud qui grâce, aux chocolats Galler, peut récolter des sous pour mener à bien ses projets. J'étais fier, oui. D'ailleurs, je le suis toujours. Savoir que la Ligue a pensé à moi et qu'à travers elle des gens achètent et découvrent encore mes produits, cela me réjouit. J'ai eu beaucoup de chance dans ma vie, alors il est naturel pour moi de tenter d'en apporter aux autres, en soutenant par exemple des associations.



Pouvez-vous nous parler de vos futurs projets?

Il y a quelques mois, nous avons sorti les macarons, des tablettes de chocolat framboise-yaourt et des tablettes de chocolat menthe-citron vert. En septembre, nous allons sortir 4 nouvelles variétés de pralines : un assemblage de 3 textures de vanille différentes, une praline à la cannelle, une troisième au café du Mexique et la dernière au cacao de Madagascar. L'an prochain, nous fêterons les 40 ans d'existence des chocolats Galler et nous comptons bien marquer le coup!

Vous voyagez beaucoup à la rencontre des fèves de cacao. Est-ce de vos voyages que vous puisez les idées pour de nouvelles saveurs?

Oui, je voyage souvent dans 3 Continents: l'Afrique, l'Asie et l'Amérique. Dès que j'ai une idée en tête, je tente de la réaliser. Parfois ça réussit, parfois pas. J'ai aussi une super équipe autour de moi pour trouver de nouveaux goûts.

Parlez-nous de votre vignoble...

J'ai lancé ma production en 2009. C'est aujourd'hui ma fille qui s'en occupe. Le vignoble est situé à un kilomètre et demi de l'usine et à moins de 200 mètres d'altitude. Selon cette altitude, le taux d'ensoleillement connu chez nous suffit à produire du vin. Les débuts ont été difficiles mais je pense arriver à de prochaines bonnes récoltes. J'associe ainsi deux passions: celle du chocolat la semaine, et celle du bon vin le week-end.



Chocolat, mission Top Secrète

Petit apprenti sorcier, nos pouvoirs ne sont plus assez grands pour combattre le terrifiant dragon Sepfire qui symbolise la maladie dont souffre ta maman !!! Nous devons protéger les habitants de **Fireworld** contre ces redoutables symptômes. Et bientôt ailleurs dans le monde...

Le plus grand magicien de chocolat de tous les temps, **«The J.G.»**, s'est doté d'une marmite géante dans laquelle il peut produire des quantités énormes de minis et grands bâtons ou de petites tablettes de chocolat très variées. Un vrai régal; une recette prodigieuse! Grâce à elle, nos pouvoirs s'étendent au-delà de **Fireworld** sur une petite contrée, dénommée la Belgique, pour y combattre les symptômes disséminés par le féroce Dragon. Là-bas, nous nous arrêtons auprès de chaque chaumière pour nourrir ses habitants, moyennant quelques pièces, et ainsi lutter jour après jour contre la maladie.

On a appelé cette mission top secrète, ***l'Opération Chococlef***. La vente de chocolat permet de tourner la clef magique pour panser un peu les difficultés vécues par ta maman. Grâce à cette opération, elle peut mieux se soigner: acheter plus de médicaments, payer les médecins et les kinés, acheter une béquille, recevoir un massage, créer une douche plate, ...

Mais on manque de temps... Sepfire a de l'avance sur nous... Viens nous rejoindre, petit sorcier, et participe à cette grande Opération, en vendant le chocolat de **«The J.G.»** à ta famille, tes copains, voire en menant la mission dans ton école.

Plus d'infos pour toi: demande de recevoir la brochure ***Opération Chocolat... Il était une fois...***

Plus d'infos pour tes parents: www.chococlef.be

Leïla & Elliot.

www... mise à jour

J'ai mis à jour le chapitre des **traitements** sur seppassorcier.be. Maintenant, il s'appelle: **«Comment soigner la sep»** et parle de tous les médicaments contre la SEP et des autres outils pour se sentir mieux. Viens surfer sur la page.

Ella.



La Blague



Toto rentre à la maison après sa première journée à l'école primaire.

La maman :

- Alors Toto, tu as appris beaucoup de choses aujourd'hui ?

Toto :

- Pas assez en tout cas, ils veulent que j'y retourne demain.



Prendre l'air



Mons à l'époque des grandes découvertes

Date: jusqu'au 30 octobre 2015

Public: famille

Lieu: musée régional des sciences naturelles

Prix: gratuit

Au 19e siècle, l'industrie se développe: mines de charbon, carrières de craie, chantier pour établir les voies ferrées... Les savants découvrent des iguanodons de Bernissart, des minières néolithiques de Spiennes, des fossiles étranges. A l'heure des nouvelles technologies, l'exposition propose la (re)découverte de l'histoire de ces scientifiques et industriels passionnés.

M²⁰¹⁵ MONS



Concours

Pour mener à bien, ton objectif «*Chocolat, mission Top Secrète*», il te faut d'abord répondre à une première énigme.

Qui ou que signifie «*The J. G.*»? La réponse se trouve dans ce numéro et est en lien avec ta mission.

A gagner : 2 X 1 T-Shirt

Réponse et coordonnées suivie de ta taille à envoyer pour le **15 octobre 2015** (date de la poste faisant foi) à LBSEP – Cellule JDM – Rue des Linottes, 6 – 5100, Naninne ou via info@seppassorcier.be

La canopée de la Réserve d'animaux sauvages du Domaine des grottes de Han-sur-Lesse



Date: lu-di jusqu'aux vacances d'automne, ve-di et jours fériés jusqu'aux vacances d'hiver

Public: famille

Lieu: Réserve d'animaux sauvages Han-sur-Lesse

Prix: 4-11 ans 10,00 €, 12-17 ans 14,00 €, >18 ans 16,00 €



A 5 mètres de haut, un pont suspendu de 200 mètres de long vient d'être installé. Il te permet d'admirer l'extraordinaire panorama sur l'ancienne vallée asséchée de la Lesse et d'observer de nombreux animaux (écureuils, martres, corneilles, ...) qui vivent sur les hauteurs. Ce pont est appelé la canopée: étage supérieur des forêts, en contact avec le soleil.



A l'affiche

«Belle et Sébastien : l'aventure continue»

Famille – réalisateur : Christian Duguay – avec F. Bossuet, T. Karyo, Th. Neuvic – 9 décembre 2015

Au village, on a fêté la fin de la guerre. Sébastien a grandi, il a maintenant 10 ans. Belle et lui attendent impatiemment le retour d'Angelina... qui ne revient pas. Elle a disparu dans un accident d'avion au cœur des forêts transalpines. Tout le village a perdu espoir... sauf César, le grand père de Sébastien. Il connaît un homme, Pierre, qui pourrait les aider à retrouver Angelina. Mais avant de la sauver, Sébastien et son chien vont braver mille dangers, traverser mille épreuves et affronter un secret qui va changer leur vie.



«Mune Le gardien de la lune»

Animation – réalisateurs : Benoît Philippon et Alexandre Heboyan – avec les voix de Omar Sy et Michael Gregorio – 14 octobre 2015

Dans un monde Fabuleux, Mune, petit faune facétieux, est désigné bien malgré lui gardien de la lune: celui qui apporte la nuit et veille sur le monde des rêves. Mais il enchaîne les catastrophes et donne l'opportunité au gardien des ténèbres de voler le soleil. Avec l'aide de Sohone, le fier gardien du soleil et la fragile Cire, Mune part alors dans une quête extraordinaire qui fera de lui un gardien de légende !



Un nouveau jeu pour les plus de 6 ans

«Pingo Pingo» - Edition Iello, Origames – Créateurs A. Yakovlel, A. Femerstrand, I. Polouchine - Joueurs: 2-5. - Durée: < 30 min. – Prix +/- 30 € - 2015

La légende dit qu'au milieu des Caraïbes se cache une île mystérieuse recelant d'innombrables richesses dont le fameux Ananas d'Or... À peine débarqué sur l'île fabuleuse, ta chasse au trésor ne sera pas simple: une armée de redoutables pingouins guerriers y vit depuis des siècles, dévoués à la protection de leurs trésors. Fuis leurs assauts, affronte les terribles gardiens de l'Ananas d'Or, vole en chemin tout ce qui peut l'être, évite les pièges et repars de cette île sain et sauf !



Cellule

Le JdM (le Journal de Myéland) LBSP - Com. Fr. A.S.B.L. - Elliot & Leïla
rue des Linottes 6 - 5100 NANINNE

Cellule de créativité du JdM: C. Declaye, B. Ghislain, A. Gilles, J. Rombaut, S. Soyer

Avec l'aimable collaboration de Pad'r, E411 et Zidrou

Layout & illustrations mascottes: Ben Cuvelier - 0476/30 66 93

Impression: Imprimerie Nuance 4 S.A. - 081/40 85 55

le jdm



ANKYLOSÉ, TOI-MÊME!

