

*Ensemble, pas à pas* est une asbl active au sein de l'Unité d'Onco-Hématologie de l'Hôpital Universitaire des Enfants Reine Fabiola à Bruxelles.

Créée par des parents d'enfants traversant ou ayant traversé l'expérience du cancer, c'est en toute connaissance de cause que l'asbl propose aux autres familles concernées de les accompagner à chaque étape de la maladie.

En partenariat avec



*Que 2012 vous apporte*

*la force d'affronter les tempêtes,*

*le courage d'accepter d'aller là où le vent vous mène,*

*le bonheur de profiter des moments d'accalmie...*

*Nous vous souhaitons à tous une année positive et sereine.*

**Nous profitons de cette Lettre d'Info pour remercier chaleureusement chacun de nos donateurs, car c'est grâce à chaque apport, aussi minime soit-il, que nous pouvons entourer les enfants et leurs familles... Merci !!!**

# La magie de Noël

C'est avec une hotte bien chargée que le Père Noël nous retrouve, cette année encore, à proximité du Lac de Genval. Par l'intermédiaire de *Sanofi Pasteur MSD* et d'*Ensemble, pas à pas*, il a en effet convié une cinquantaine d'enfants et leurs parents à une après-midi ludique au *Martin's Lido* de Rixensart. Des jeux en format « maxi », du grimage, de la magie, du ping-pong, une console Wii « menant la danse » (certains ont le rythme dans la peau et un déhanché surprenant...), un buffet sucré-salé faisant le bonheur des plus gourmands... tout est prévu pour permettre à chacun de mettre la maladie et ses contraintes entre parenthèses, les plus petits étant évidemment ravis de leur rencontre avec le Père Noël en personne.







Le coin des gourmands 🍪



... et le sommeil du juste ...





Un immense merci à Sanofi Pasteur MSD, à Sem'On Business et au Martin's Lido de Rixensart ; merci à la photographe, au traiteur, au magicien, à la maquilleuse... merci à tous ceux qui, d'une façon ou d'une autre, ont fait de cet événement une réussite !

Et bien sûr un merci tout spécial au Père Noël, qui a fait le bonheur de ces enfants...



Tout au long du mois de décembre, les enfants hospitalisés n'ont pas été oubliés ! Ni par Saint-Nicolas, ni par le Père Noël, qui ont parcouru les couloirs de l'hôpital et se sont faufilés jusque dans les moindres recoins de l'unité stérile. Encore merci à Dina Schepens, qui a les a guidés dans chaque unité d'hospitalisation !



Moment de convivialité : le 24 décembre, journée traditionnellement familiale, nous avons tenu à offrir aux enfants hospitalisés et leurs familles un « drink » de circonstance...



## EPILEPSIES, PARLONS-EN :



Pour vous informer, rencontrer d'autres familles concernées, partager votre vécu et vos préoccupations... n'oubliez pas les rencontres organisées par la **Ligue Francophone Belge contre l'Epilepsie** :

- le 7 février 2012 : les médecines alternatives : leurs apports, vos expériences...
- le 7 mai 2012 : stimulateur du nerf vague : votre expérience, vos témoignages, vos questions...

⇒ de 20 à 21h30, Avenue Albert 49 à 1190 Bruxelles.

- le 9 février 2012 et le 14 juin 2012 : témoignages et échanges,

⇒ de 19 à 20h30, au Centre William Lennox, Allée de Clerlande 6 à 1340 Ottignies.

Renseignements et inscriptions (au plus tard 2 jours avant) auprès de Gisèle

Motheu ([giselemotheu@ligueepilepsie.be](mailto:giselemotheu@ligueepilepsie.be)) - 02/344.32.63 - D'autres activités et de nombreuses infos utiles sur le site de la Ligue : [www.ligueepilepsie.be](http://www.ligueepilepsie.be) .



## Les recettes de Fred :

Des produits de qualité, une bonne dose de bon sens, un zeste d'imagination... une cuisine saine et savoureuse est à la portée de tous. Même les estomacs les plus réticents peuvent un jour devenir de fins gourmets. Associez vos enfants à la préparation de vos petits plats... ils n'en seront que meilleurs !

### Les crêpes de Blanche-Neige.

C'est bien connu, Blanche-Neige a toujours eu un faible pour les pommes. En rentrant du boulot, les 7 nains, par l'odeur alléchés, se purléchaient déjà les babines en pensant aux tranches de pommes qui fondaient doucement dans le beurre grésillant...



Pour 4 pers. :  
pâte à crêpes  
3 ou 4 pommes  
1 cc de miel ou de sucre vanillé ou de cassonade  
beurre

Proposez à vos enfants de préparer eux-mêmes la pâte à crêpes, selon votre recette habituelle.  
Procédez à la cuisson des crêpes et maintenez-les au chaud.

Lavez, pelez et épépinez les pommes, coupez-les en quartiers ; faites fondre un peu de beurre dans une poêle et faites-y dorer les pommes ; ajoutez éventuellement un peu de miel ou de sucre et laissez caraméliser légèrement.

Garnissez les crêpes de pommes chaudes et ... régalez-vous !

Vous pouvez saupoudrer les pommes d'un soupçon de cannelle, de miettes de speculoos ou de pain d'épice ; si votre enfant n'est pas sous chimio, vous pouvez ajouter du zeste d'orange confit, des amandes effilées ou des noix, un filet de caramel, une boule de glace vanille pour les plus gourmands... Vous pouvez remplacer les pommes par d'autres fruits, au gré des saisons. Les crêpes sont également appréciées en version salée ; elles fournissent d'excellentes occasions de faire passer des légumes qui ne remportent que peu de succès d'ordinaire : émincé de poulet-champignons-crème, ricotta-épinards (si si !), tomates-courgettes-basilic...

Pour toute information, remarque, idée, suggestion... n'hésitez pas à nous contacter :

*En Semble, pas à pas*  
*Jamen, stap voor stap*

Rue des Augustines 74 - 1090 Jette - tél. : 02.425.60.54

site : [www.epap.be](http://www.epap.be)

e-mail : [info@ensemble-pasapas.be](mailto:info@ensemble-pasapas.be)

Compte bancaire : 001-4184509-05 IBAN : BE96 0014 1845 0905 SWIFT : GEBABEBB

Attestation fiscale pour les dons annuels de 40,- € et plus.