

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.

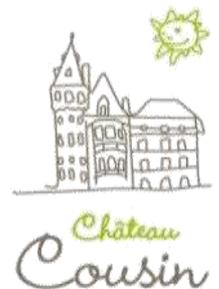
En partenariat avec

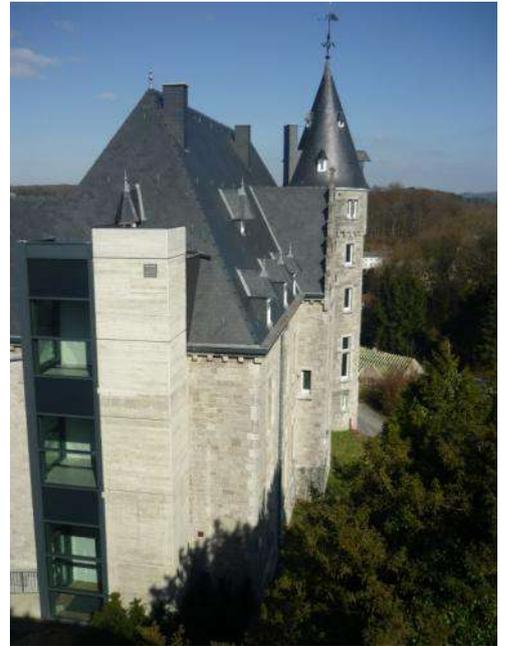


Vie de château à Rochefort.

Il était une fois... un prince et ses princesses, qui, pour fêter l'arrivée du printemps, passèrent quelques jours en ce lieu magique qu'est le Château Cousin, à Rochefort. Ils viennent de l'Ecole Robert Dubois, où ils fréquentent les classes de maternelles et 1^{er} niveau primaire (classes de Goretti et Nicole) et comptent bien profiter pleinement de ce séjour. Les activités ne manquent pas : chasse au trésor dans les ruines du château médiéval, visite d'une ferme, soirée pyjama, cueillette de jonquilles... En revoyant leurs regards et leurs sourires, nous ne pouvons que... penser à un prochain séjour !

Merci à Monsieur et Madame Querton, qui ont conçu l'aménagement de ce lieu magnifique et le mettent à disposition des groupes et familles concernés par la maladie grave et/ou le handicap ; un immense merci à Angelina Saertenaer, gestionnaire : son accueil chaleureux a largement contribué à la réussite de ce séjour ! Et bien sûr, un merci tout particulier à Asmaa et Natacha, infirmières, qui ont accompagné ces enfants...







Le Château Cousin est une maison d'accueil, de détente et de ressourcement pour les familles et groupes d'enfants gravement malades et/ou handicapés ; n'hésitez pas à consulter le site : www.chateaucousin.be ... ou à contacter Marie-Christine (mc.schoevaerts@skynet.be) pour toute information complémentaire.

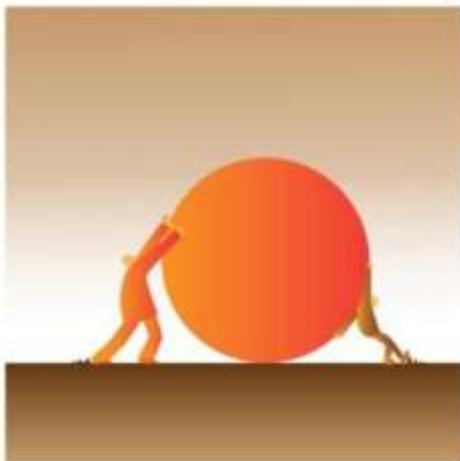
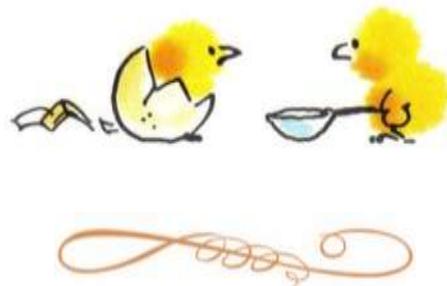


Goûters festifs en onco...

Une princesse, un clown, une Tortue-Ninja, Spiderman, des créatures très rock 'n roll, des animaux en tous genres : pas de Mardi Gras sans déguisements, cotillons et petit goûter de circonstance...



Et bien sûr, quelques jours plus tard, ce sont les lapins de Pâques qui ont offert un petit goûter et une pluie de petits œufs aux petits poussins hospitalisés en salle 67.



« L'homme se découvre quand il se mesure
avec l'obstacle. »

Antoine de Saint-Exupéry, Terre des hommes

Balade fluviale en Hainaut.

Joli mois de mai... Cette année, nous fêtons les mamans sous le soleil... Rendez-vous au Grand Large : le Royal Yacht Club Nautique Mons-Borinage nous invite à voir le Hainaut d'un autre œil, en embarquant sur leurs bateaux et en parcourant les canaux de Mons à Péruwelz, où nous attend un copieux barbecue, puis retour vers Mons. Et pour nous assurer une journée exceptionnelle, le soleil est de la partie...

Un merci tout particulier à Monsieur Jean Vanden Brande, qui a organisé cette activité jusque dans ses moindres détails, et à chacun des propriétaires des bateaux, qui nous ont emmenés lors de cette balade fluviale ; merci à tous ceux et celles qui se sont coupés en quatre pour que les familles passent une MAGNIFIQUE journée !





Relais pour la vie : 24 heures de lutte contre le cancer.

Le week-end des **26 et 27 mai**, vous êtes tous cordialement invités au **RELAIS POUR LA VIE** francophone, organisé à **Braine-l'Alleud** par la **Fondation contre le Cancer**. Pendant 24 heures, des équipes se relayeront pour marcher ou courir sur la piste, symbolisant ainsi le parcours d'un patient. Mais tout au long de ces 24 heures, de nombreuses activités vous permettront de passer un week-end ludique.

3 moments-clés :

- Cérémonie d'ouverture : le premier tour de piste est réservé aux **Battants**, c'est-à-dire des enfants, des jeunes, des adultes qui se battent quotidiennement contre la maladie ou l'ont déjà vaincue ; ils sont réellement les invités d'honneur de cette journée ; ils seront accompagnés par leurs proches : parents, frères et sœurs, personnel médical...
- À la tombée de la nuit, aura lieu la Cérémonie des bougies : chaque flamme symbolise une pensée pour ceux qui luttent actuellement ou pour ceux qui ne sont plus là, mais qui guident encore nos pas...
- Enfin, le dimanche à 15h, les équipes se rejoindront pour un dernier tour de piste... ce qui constitue la clôture de l'événement.

L'objectif est d'aider la Fondation contre le Cancer à récolter des fonds afin d'assurer ses missions en matière de recherche, de prévention et d'accompagnement social. À noter que la Fondation est active pour vos enfants : camp onco de juin, journée à Planckendael en octobre, aides sociales...

Mais ce Relais est avant tout un événement festif et convivial, placé sous le signe de la solidarité : venez-y NOMBREUX !!!

Si votre enfant/ado souhaite faire partie des **Battants** et ainsi participer au premier tour, il suffit de me le faire savoir rapidement (mc.schoevaerts@skynet.be ou 0473.32.27.03) et de me rejoindre à Braine-l'Alleud vers 14h30...

Site : www.relaispourelavie.be

En avant-goût : <http://www.youtube.com/watch?v=BkE8fN1eLto&feature=youtu.be>

Adresse du jour : Stade Gaston Reiff – Rue Ernest Laurent 215 – 1420 Braine-l'Alleud

À relayer auprès de vos amis et connaissances... sans modération !!!



« Un écho de la traversée des parents face à la maladie de leur enfant. »

Dans son « Journal » du mois de mars, **Cancer & Psychologie** publie un article intitulé « Un écho de la traversée des parents face à la maladie de leur enfant ». Partant du film « La guerre est déclarée » de Valérie Donzelli (relatant le vécu de son couple, jeunes parents d'un enfant atteint de tumeur cérébrale), nous avons voulu mener une réflexion commune sur le vécu parental. Place des parents (à travers le parcours de Marie-Christine Schoevaerts), place des soignants (à travers l'expérience de Georgette Hendrijckx)... Et nos 2 asbl se sont retrouvées sur des notions importantes : le respect de la singularité de chaque patient/de chaque famille, le respect du rythme de chacun, le juste positionnement de chaque accompagnant... N'hésitez pas à demander une copie de cet article à Cancer & Psychologie ; cette association est plutôt active dans le cadre du cancer adulte, mais que les familles endeuillées n'hésitent pas à faire appel à leur équipe, notamment pour les frères et sœurs endeuillés, qui pourront se retrouver à travers les « espaces-papillons » : www.canceretspsy.be .



Début mai, Marie-Christine est invitée par Michel de Norman et d'Audenhove, past Gouverneur, à participer à la Convention du District 112C du Lions Club International. « Ensemble, pas à pas » a en effet été désignée « Œuvre du Gouverneur 2010-2011 » ; un merci amical à Michel de Norman et aux Lions, car c'est un précieux coup de pouce qui nous est offert... pour le mieux-être de vos enfants pendant et après leurs traitements...



Petit rappel : Avant d'inviter vos enfants à l'une ou l'autre activité organisée par « Ensemble, pas à pas » en dehors de l'hôpital, Marie-Christine demande, pour chaque enfant, une autorisation médicale et, si nécessaire, les précautions particulières à prendre (médicaments, régime alimentaire, chaise roulante...). Pour le bien de vos enfants, cette autorisation médicale est la condition *sine qua non* à toute invitation, celle-ci vous étant envoyée par l'équipe d' « Ensemble, pas à pas », et non par d'autres parents...



Le vendredi 8 juin, la **Fondation contre le Cancer** organise à Bruxelles une journée d'information consacrée aux « Grandes avancées en cancérologie », avancées (en imagerie médicale, en chirurgie, en traitement de la douleur, etc.) qui augmentent les chances de guérison ou permettent une meilleure qualité de vie. Pour toute information : www.cancer.be ; cette journée a lieu au Diamant Center – Boulevard A. Reyers 80 – 1030 Bruxelles, de 9h30 à 14h45 (attention, les places sont limitées, inscrivez-vous rapidement !).



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 !

La blanquette de Popeye.



Pour être costaud et en bonne santé, Popeye a toujours été grand amateur d'épinards. Peu caloriques, les épinards sont riches en fibres, vitamines et minéraux. Que ne ferait-on pour avoir de tels biceps ?

Pour 4 pers. : 600 g de blanquette maigre de veau
1 gros oignon
1 cs de curry (doux ou fort, selon votre goût)
1 cc de graines de cumin ou carvi
250 g de pousses d'épinards
15 cl de bouillon de volaille
10 cl de crème (ou de lait de coco)
2 cs d'huile neutre
poivre noir

- Bien laver et essorer les épinards.
- Couper la viande en dés (pas trop gros).
- Peler et hacher l'oignon.
- Faire chauffer l'huile dans une cocotte et y faire revenir

l'oignon 5 minutes (il doit juste fondre, mais pas colorer) ; le retirer de la cocotte et réserver.

- A leur place, faire dorer la viande (environ 5 minutes).
- Remettre l'oignon dans la cocotte, saupoudrer de curry et de cumin, bien mélanger ; verser le bouillon de volaille et poivrer ; couvrir et laisser mijoter une trentaine de minutes sur feu doux.
- Ajouter les épinards dans la cocotte et poursuivre la cuisson 5 minutes.
- Verser la crème et mélanger (sans faire bouillir !).
- Ajuster éventuellement l'assaisonnement et servir bien chaud, avec du riz ou quelques pommes de terre à écraser dans la sauce... hmmm !...

Vous pouvez évidemment utiliser des épinards en branches surgelés (hachés, ils vous transformeraient cette préparation en soussoupe peu appétissante), mais franchement... rien de tel qu'un épinard frais ; profitez-en : c'est la saison.

Une fois l'assiette engloutie (si si !), votre enfant pourra enfin dire : « C'est moi le plus fort ! ».

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

Ensemble, pas à pas
Samen, stap voor stap

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

site : www.epap.be

e-mail : 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.