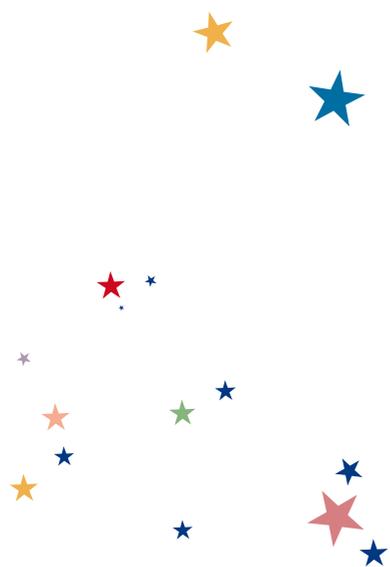




RAPPORT D'ACTIVITÉ 2023



À celles et ceux qui nous ont quitté-es cette année.
Ce qui passe, vit et se transmet.

SOMMAIRE

1. LE PROJET	7
2. NOTRE IMPACT	11
3. NOTRE PUBLIC	17
4. LE VOISINAGE SOLIDAIRE	23
5. LES PROJETS DITS « INNOVANTS »	45
6. NOTRE BILAN FINANCIER	51
7. NOS PRÉCIEUX PARTENAIRES	55
8. L'ÉQUIPE	59
9. ON PARLE DE NOUS	63
10. NOUS SOUTENIR	67

NOTRE ANNÉE 2023 EN UN CLIN D'ŒIL...



Démarrage du « **Contrat de Quartier 2 Cités** » à Forest



Début du projet **Radio Mouette**



Séjour à Wissant pour les aîné-es du BW

●..... **Février** **Mars** **Mai**



Ouverture de l'AG : nous sommes 18 membres !!!



Des **caravanes** dans les quartiers



Distribution de fleurs à Bruxelles, dans le BW et le Hainaut

..... **17 juin** **Été** **1^{er} octobre**



Début du **projet « chaises »** à Forest, quartier Kersbeek



Ouverture de l'antenne de **Saint-Gilles**



Repas/Goûter de **Noël**

..... **Fin octobre** **Novembre** **Décembre**

ET EN QUELQUES CHIFFRES.

Répartition des antennes

21 quartiers à Bruxelles :

- 5** à Forest ;
- 11** à Uccle ;
- 4** à Anderlecht ;
- 1** à Saint-Gilles.



4 communes dans le Brabant Wallon :

- Ottignies Louvain-la-Neuve (O-LLN) ;
- Walhain ;
- Rixensart ;
- Nivelles.

1 commune dans le Hainaut :

- La Louvière

Activités



Plus de **10.000** moments de voisinages



158 moments collectifs



Près de **1.200** référencement



Plus de **900** personnes rencontrées lors des 5 caravanes



2.530 fleurs distribuées dans les rues de Bruxelles, du Brabant Wallon et du Hainaut

Voisin-es



693 voisin-es



49 nationalités

Équipe



15 personnes



5 administrateur-trices





©Camille Van Durme

I. LE PROJET

LE PROJET

Dans un monde idéal, Bras dessus Bras dessous n'existe pas, les voisinages sont spontanés! Dans la vraie vie, bon nombre de personnes n'osent pas aller à la rencontre de leurs voisin-es. Passer par BdBd leur donne un cadre.

Origine du projet

Bras dessus Bras dessous est née en 2016 de différents **constats** :

- un **vieillissement croissant** de la population ;
- près de 25% des personnes de plus de 65 ans se trouvent dans une **situation d'isolement** ;
- 12 à 20% de la population belge s'engage dans des **activités de volontariat** ;
- le **vivre ensemble** a un impact important sur le **bien-être** de toutes et tous.

Vision

En (r)établissant des relations intergénérationnelles dans les quartiers, BdBd **vis**e à maintenir les aîné-es en lien avec la société qui les entoure, en leur permettant d'y prendre une part active afin de favoriser un vieillissement harmonieux à domicile. Le renforcement de liens sociaux permet un impact important sur le bien-être des personnes isolées mais aussi des personnes engagées.

Mission

Bras dessus Bras dessous a pour mission de répondre au sentiment de solitude exprimé par des personnes âgées de plus de 60 ans et de prolonger leur maintien plus heureux à domicile en :

- créant et coordonnant un **réseau d'entraide de quartier inter-générationnel et multiculturel** ;
- remettant l'aîné-e au **cœur de son environnement** ;
- entendant les besoins exprimés par les personnes et en les **orientant vers les structures adéquates**.

Concrètement, des voisin-es (dit-es Voisineur-euses) consacrent du temps à leurs voisin-es plus âgé-es (dit-es Voisiné-es), au gré des besoins, des disponibilités et des affinités respectives. Le projet réalise des actions de sensibilisation à l'isolement des aîné-es et propose parallèlement des activités collectives durant lesquelles les voisin-es de tout âge se rencontrent en dehors des liens individuels créés.

Nos valeurs sont les suivantes :

- Le **respect**
- L'**autonomie** de toutes et tous
- La **réciprocité**
- La **convivialité**
- La **solidarité**
- L'**empathie**
- L'**humilité**





2. NOTRE IMPACT

NOTRE PLUS-VALUE

Bras dessus Bras dessous c'est un réseau de voisin-es mais aussi un réseau de partenaires avec lesquels nous répondons aux demandes de la personne accompagnée. Au quotidien, nous faisons le constat que mieux accompagnés, les seniors améliorent leur qualité de vie à la maison et ainsi se permettent, s'ils le peuvent, d'y vivre plus longtemps.

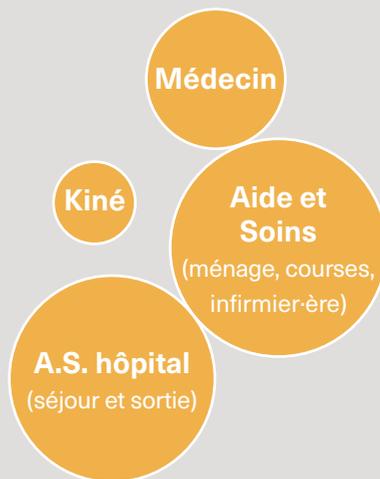
2017

Paula 86 ans



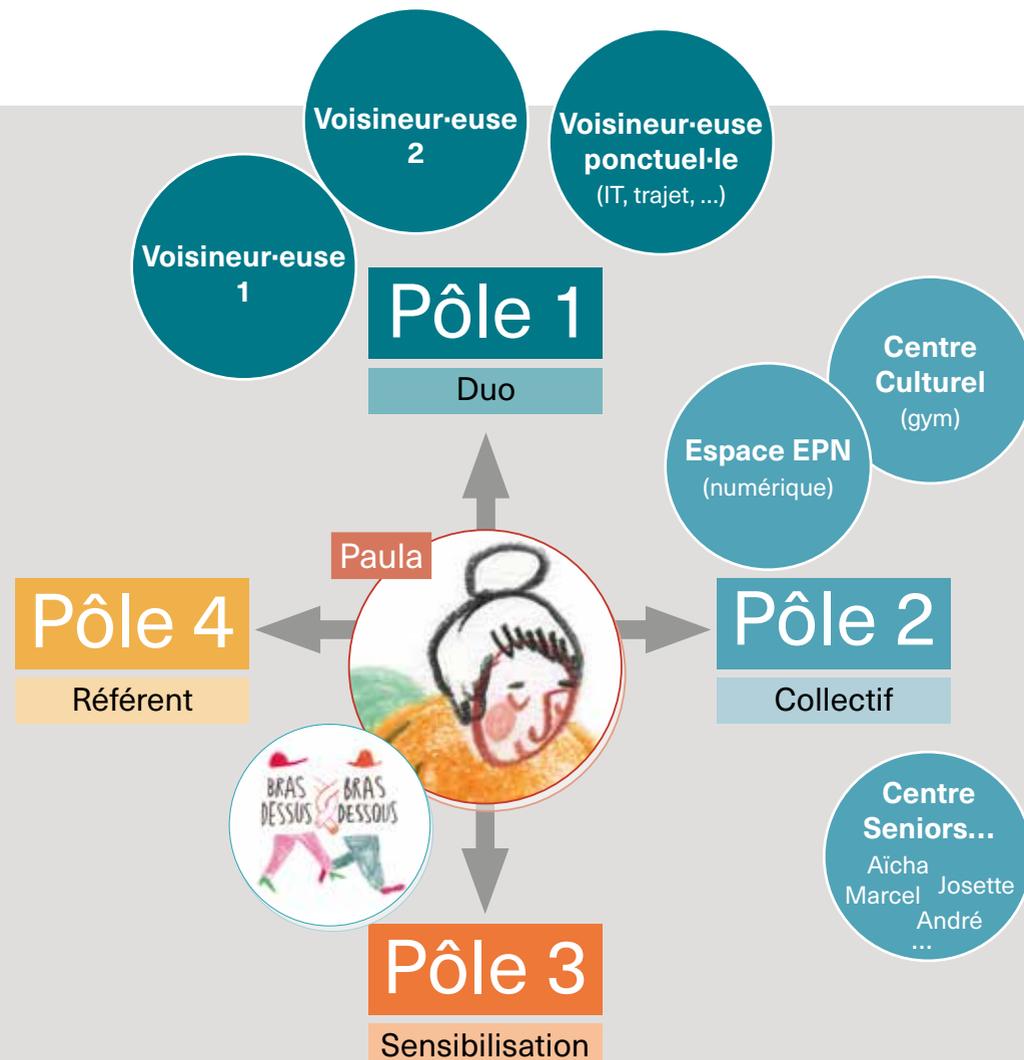
2023

Paula 92 ans



En se réappropriant les quartiers et leurs voisinages, les personnes âgées participent à l'effervescence de ceux-ci.

Nombreux-ses aîné-es venu-es « en demande » dans le projet, se remettent en mouvement au fil des semaines pour proposer leur aide à leur tour à d'autres voisin-es en demande.



Inclus autres citoyen·nes, commerçant·es,...

NOTRE ANALYSE D'IMPACT

En termes qualitatifs, une étude d'impact a été réalisée fin 2021 par la Fédération des réseaux d'entraide Samen Toujours pour les réseaux d'entraide Accolage et Bras dessus Bras dessous. L'objectif était d'analyser la qualité de nos activités auprès des aîné-es accompagné-es, et des voisins plus jeunes participant aux réseaux.



Cette étude a permis de mettre en lumière quatre impacts :

• **sur le bien-être mental (76%)** : en mettant en contact des gens, en créant de la solidarité, en donnant l'opportunité aux voisin-es de s'impliquer et de se sentir utile ;

“ Quand on rentre, on se sent bien car on a parlé. La compagnie fait beaucoup quand on se sent isolé.

“ J'ai moins de stress, d'angoisses.

• **sur le bien-être physique (62%)** : le fait de sortir rencontrer des gens, de participer à des activités ou d'effectuer de petits services, permet aux participant-es de se mettre un minimum en mouvement et a donc un impact positif sur le bien-être physique ;

“ Je bouge de chez moi.

“ Personne d'autre avec qui j'aurais pu faire cette balade aujourd'hui et cela m'apporte beaucoup.

• **sur le regard que les gens portent sur le monde (59%)** : le fait de rencontrer des personnes de toutes origines, de tous milieux et de croiser les regards, permet de jeter des ponts entre les cultures et les âges et de modifier la vision que les participant-es portent sur le monde. Cela contribue également à une meilleure cohésion sociale au sein des quartiers, de la ville.

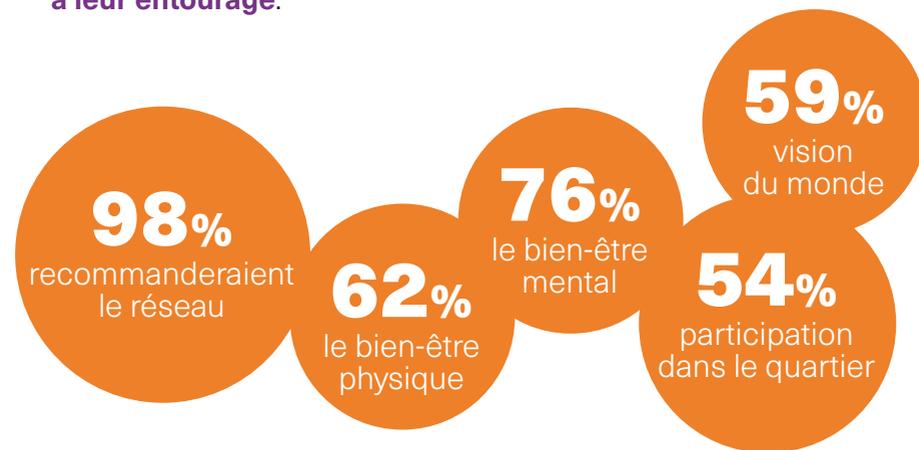
“ Je suis heureuse d'avoir une solidarité entre les gens, avec un sourire, avec un peu de temps. Ensemble nous pouvons faire avancer les choses sans retour.

• **sur l'implication dans le quartier (54%)** : les réseaux mettent en relation des habitant-es des quartiers, contribuant ainsi à la cohésion sociale dans les quartiers.

“ Je suis active dans le quartier, je prends un plaisir de [sic] faire du bien autour de moi.

“ Je m'intéresse plus à la vie du quartier.

• **98%** des répondant-es **recommanderaient** par ailleurs **le réseau à leur entourage**.





3. NOTRE PUBLIC

Bras dessus Bras dessous offre une réponse personnalisée à chacun-e des participant-es. Nous partons des besoins de notre public avec lequel nous construisons le projet.



Notre projet est à la portée de toutes et tous (pas de critères d'âge, d'appartenance, de genre, socio-économique). Il se veut être un vecteur de décroisement dans des quartiers très différents.

Le vieillissement harmonieux à domicile est l'affaire de toutes et tous. En partant des multiples besoins de notre public, nous élaborons une co-construction inclusive qui permet :

- **aux aîné-es (Voisiné-es)** d'être accompagné-es, individuellement et qualitativement. Ce partage s'effectue « généralement » à domicile, autour de leurs envies et dans le respect de leurs horaires.

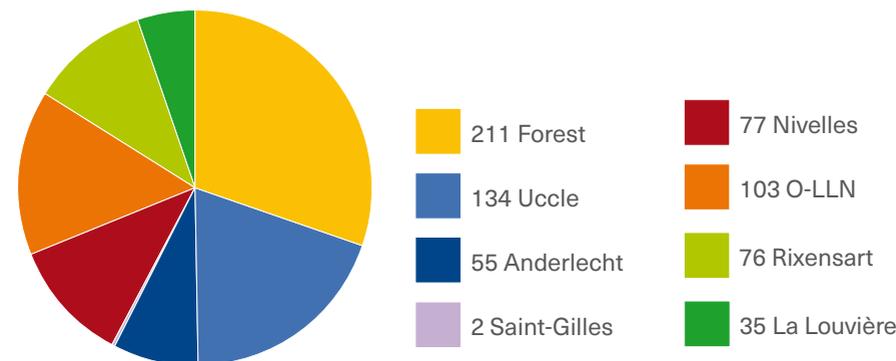
- **aux « jeunes » voisin-es (Voisineur-euses)**, de rejoindre notre association à l'écoute de leurs disponibilités (recrutement après les heures de travail, réunions en soirée et le weekend), et de participer à une activité solidaire dans leur quartier.

En prenant part au projet, ces différentes personnes s'embarquent dans une nouvelle relation a priori improbable (générations, milieux, cultures différentes).

Si Bras dessus Bras dessous vise à répondre au sentiment de solitude exprimé par des voisin-es plus âgé-es, la valeur de « réciprocité » est elle aussi, au cœur du projet. Chacun-e peut avoir besoin d'un coup de main à un moment et offrir son aide à un autre comme améliorer la pratique d'une langue, faire de la confiture, coudre un bouton, faire des petites courses, une promenade, une recette d'ailleurs, etc.

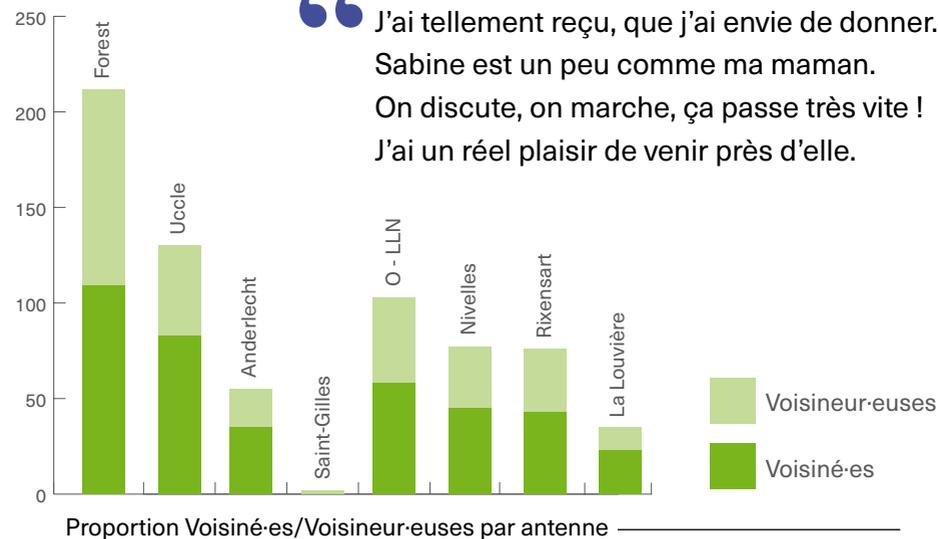
Chacun-e participe en fonction de ses talents, de ses disponibilités et de sa capacité. Il s'ensuit une dynamique qui contribue à améliorer la cohésion sociale dans un quartier.

Le projet et la relation évoluent donc en toute agilité afin d'être complémentaires au secteur formel et répondre aux envies qui découlent de la rencontre. En 2023, notre association a touché et mobilisé 581 personnes d'âges, d'origines culturelles et socio-économiques aussi diverses que ne le sont les antennes de BdD.



Voisin-es par antennes

“ J'ai tellement reçu, que j'ai envie de donner. Sabine est un peu comme ma maman. On discute, on marche, ça passe très vite ! J'ai un réel plaisir de venir près d'elle.

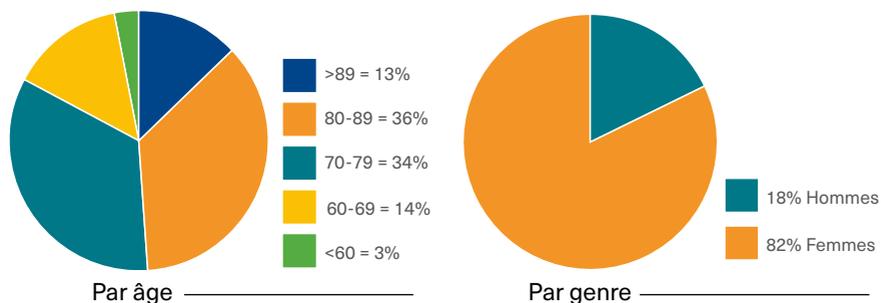


Proportion Voisiné-es/Voisineur-euses par antenne

LES VOISINÉ·ES



Les demandes des aîné·es sont très diversifiées et varient selon leur âge, leur degré de mobilité, leur mode de vie et leurs intérêts personnels. Une fiche d'identification détaillée est complétée lors de la première rencontre afin de cerner la demande et d'y répondre le plus adéquatement possible.

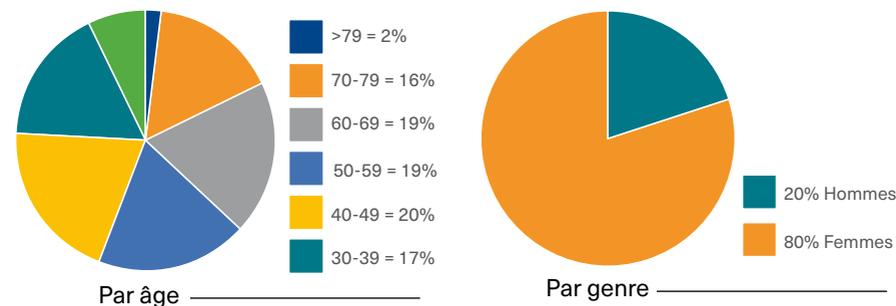


LES VOISINEUR·EUSES



Afin d'accueillir un public aussi diversifié que ne l'est notre société, BdDd attache une grande importance à la flexibilité des participant·es et tient compte de leurs disponibilités, envies et contraintes (horaires, mobilité...). Nous sommes convaincu·es que l'on trouve toujours un peu de temps à consacrer aux choses que l'on aime. Sans cette souplesse, nous nous priverions d'une partie de la population active ayant des journées chargées. Il est donc essentiel d'adapter notre méthodologie et notre cadre afin de garantir la pluralité la plus importante.

Les Voisineur·euses sont recruté·es de manière similaire aux Voisiné·es (rencontre, fiche d'identification...). Ils ou elles sont formé·es et suivi·es par la suite, par le biais d'échanges réguliers, d'intervisions et de formations.





4. LE VOISINAGE SOLIDAIRE

LES 4 ACTIONS MENÉES PAR BRAS DESSUS BRAS DESSOUS

Bras dessus Bras dessous soutient et encourage la création de liens entre voisin-es. C'est un réseau d'entraide que le ou la chargée de projet développe avec énergie, empathie et bienveillance. Il ou elle mène des actions dans chaque quartier selon l'esprit de celui-ci, selon l'énergie et les besoins de ses habitant-es.

Le/la chargée de projet crée et développe l'antenne autour de 4 actions :



Duos de voisin-es et aides ponctuelles
Création de liens de voisinage au travers de duos intergénérationnels « sur mesure », tissés en fonction des disponibilités et atomes crochus de chacun-e.



Moments collectifs
Organisation d'activités collectives où jeunes et moins jeunes créent des liens.



Référencement de/vers nos partenaires
Complémentarité avec le secteur formel dans la réponse aux différents besoins d'accompagnement exprimés par les personnes âgées isolées rencontrées.



Actions de **sensibilisation**
Aller dans un lieu public à la rencontre des voisin-es jeunes et moins jeunes, afin de sensibiliser à la question de l'isolement des aîné-es et à la solidarité entre voisin-es.

L'ACCOMPAGNEMENT BRAS DESSUS BRAS DESSOUS

Nous rythmons la vie des voisin-es participant-es au projet, dès le 1^{er} contact avec l'association.

En voici les différentes étapes :

La demande d'information est à l'origine de tout accompagnement. Par téléphone ou par mail, chaque personne, jeune ou moins jeune, exprime son envie d'en savoir plus sur le projet, met des mots sur sa solitude ou son envie de (re)créer des liens.

La séance info a lieu chaque mois en fin de journée. C'est l'occasion pour les membres de l'équipe d'expliquer le projet, de parler de leurs expériences et de répondre aux questions des participant-es. À l'issue de la séance, un rendez-vous individuel est fixé avec les participant-es souhaitant continuer l'aventure...

Le 1^{er} rendez-vous individuel. Qu'elle soit Voisinée ou Voisineuse la personne intéressée rencontre le/la chargé-e de projet gérant l'antenne de quartier. À cette occasion, on y discute des goûts, des envies, des besoins et des disponibilités de la personne afin de mieux cerner son profil et le duo qui sera composé. Les documents d'encadrement sont passés en revue et acceptés (charte, convention, RGPD...).

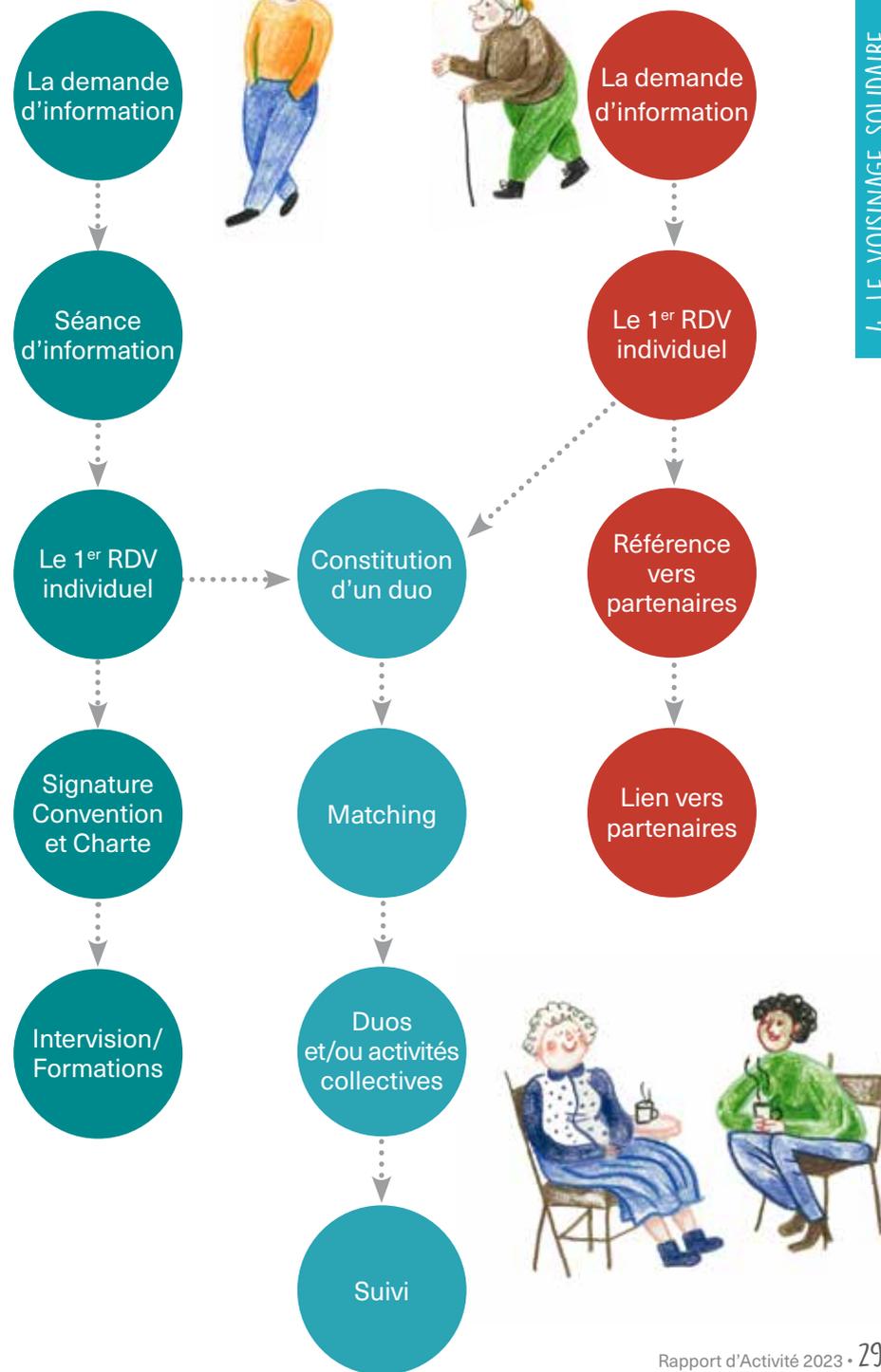
Le matching. Le 1^{er} rendez-vous est organisé par la personne de référence de l'antenne qui contacte le/la Voisineur-euse et le/la Voisiné-e. Une personne (membre de l'équipe ou bénévole) accompagne le/la Voisineur-euse chez le/la Voisiné-e. On y rappelle le cadre du voisinage : le duo est créé !

Des interventions régulières ont lieu pour échanger sur le projet, leur duo et se nourrir de l'expérience de consultant-es extérieur-es. **Des formations** sont organisées par notre partenaire **Samen Toujours**, afin de répondre aux besoins et aux réalités vécues par les Voisineur-euses.

Le suivi. Une fois les duos formés, la plus-value de BdBd est d'assurer le suivi des relations ainsi créées. Au sein du projet, une attention particulière est donnée à la fois à chaque duo mais aussi à chacune des personnes qui le compose. Les réalités et les besoins des uns et des autres évoluent et il est important de vérifier que chacun-e s'y retrouve et que si de nouveaux besoins se manifestent, une réponse adéquate pourra être trouvée.

LES VOISINEUR-EUSES

LES VOISINÉ-ES



LES RÉSEAUX D'ENTRAIDE BDBD

Né d'une expérience « pilote » dans un quartier de Forest, le projet s'est essaimé dans les Communes de Forest, d'Uccle, d'Anderlecht, de Saint-Gilles, de Nivelles, d'Ottignies-LLN, de Walhain, de Rixensart et de La Louvière*.

L'antenne d'Anderlecht

- Créée en **octobre 2019**
- **4** quartiers
- **55** Voisineur-euses et Voisiné-es
- **1** Chargée de projet, Joëlle

L'antenne de Forest

- Créée en **mai 2016**
- **5** quartiers
- **211** Voisineur-euses et Voisiné-es
- **3** Chargé-es de projet, Samuel, Sally et Désiré

L'antenne de Saint-Gilles

- Créée en **novembre 2023**
- **1** quartier
- **2** Voisineur-euses
- **1** Chargée de projet, Sally

L'antenne de Uccle

- Créée en **octobre 2018**
- **11** quartiers
- **134** Voisineur-euses et Voisiné-es
- **1** Chargée de projet, Marianne

L'antenne de La Louvière

- Créée en **octobre 2022**
- **35** Voisineur-euses et Voisiné-es
- **1** Chargée de projet, Amélie

L'antenne de Rixensart

- Créée en **septembre 2021**
- **76** Voisineur-euses et Voisiné-es
- **1** Chargée de projet, Charlotte

L'antenne d'Ottignies-LLN et Walhain

- Créée en **janvier 2020**
- **103** Voisineur-euses et Voisiné-es
- **1** Chargée de projet, Inès

L'antenne de Nivelles

- Créée en **janvier 2020**
- **77** Voisineur-euses et Voisiné-es
- **1** Chargée de projet, Nathalie

*Les chiffres correspondent à la situation au 31/12/2023 et ne tiennent pas compte des voisinages qui ont repris fin durant l'année.

L'ANTENNE DE FOREST

Première antenne de BdBd, l'antenne de Forest est la grande sœur et le laboratoire de l'association.

Depuis 2022, 3 personnes s'assurent de faire vivre le réseau de voisin-es et d'accueillir les nouvelles personnes intéressées de rejoindre le projet. Un accent particulier est mis dans le quartier Wiels grâce à un **partenariat avec MIRO-LD³** ainsi que dans le quartier du Bempt/Kersbeek à travers le « **Contrat de quartier 2 Cités** ».

Les voisinages restant le cœur de notre action, on comptait **55 duos à Forest au 31/12/23**. Durant toute l'année, de nouveaux duos ont vu le jour succédant à d'autres qui s'arrêtaient (déménagements, départs, autres envies...). Des interventions ont pu être proposées aux Voisineur-euses pour partager le vécu au sein de leur duo. Une fête des bénévoles a par ailleurs été organisée en juin pour les remercier de leur engagement.

Comme c'est le cas depuis plusieurs années maintenant, une longue table conviviale se remplit chaque mardi midi avec nos Voisiné.es, des Voisineur-euses de passage, des partenaires du quartier ou de la commune et des curieux-ses pour qui c'est l'occasion de prendre le pouls du projet ! N'hésitez d'ailleurs jamais à nous rejoindre, ça se passe donc **Tous les mardis de 12h à 14h au 449 rue de Mérode** ! Un **petit-déjeuner mensuel** a également été lancé en 2023 au Bia Bouquet, rdv tous les **premiers vendredis du mois de 10h à 12h au Square Bia Bouquet, 1**.

La **caravane de BdBd** s'est aussi posée dans 2 quartiers de Forest, au Bempt et au Parvis Saint Antoine. À travers ce dispositif accueillant et chaleureux, l'objectif des caravanes est d'aller à la rencontre des aîné-es isolé-es du quartier et les informer sur les différents services et acteurs qui existent, sensibiliser les plus jeunes à la question du vieillissement et de la solitude des aîné-es et susciter des échanges

intergénérationnels entre habitant-es du quartier issu-es d'univers différents. Pas de programme a priori, juste une présence et du temps disponible ! Les 2 caravanes se sont terminées par un joli concert.

Un **projet d'illustration** a été développé avec la **Biblif** et l'**école Saint-Antoine** dans le cadre du Fonds Impulsion 2023. Six aîné-es ont vu leur récit de vie prendre forme sous le trait de **Margot Englebert**. Une rencontre autour de ces jolis portraits et plus largement autour de l'histoire de chacun-e a ensuite été organisée entre des aîné-es et 4 classes de 5^{ème} et 6^{ème} primaire de l'école, un joli moment qui a permis de beaux échanges entre des seniors et des jeunes élèves d'origines culturelles différentes qui ne se côtoient d'habitude pas, ne se voient même pas.

Enfin, partant du constat que les personnes âgées sortent moins parce qu'elles ont peu de possibilités de se (re)poser dans la rue ou les commerces, BdBd a réfléchi avec des aîné-es et des bénévoles du quartier à ce qui pourrait être mis en place pour améliorer la situation : le **projet « chaises »** était né ! Dix chaises offertes par la **recyclerie sociale** et customisées par des aîné-es ont ainsi été déposées chez les commerçant-es du quartier du Bempt.



FOREST
211 Voisineur-euses
et Voisiné-es
55 duos
49 mardis soupe





UCCLE

134 Voisineur-euses
et Voisiné-es

43 duos

50 goûters

L'ANTENNE D'UCCLE

L'antenne d'Uccle, deuxième antenne de BdBd à avoir vu le jour, a continué à se consolider dans les différents quartiers où BdBd était déjà présente.

Si de nouveaux duos ont vu le jour, certains ont aussi été interrompus pour diverses raisons (déménagement, placement en MRS, décès, souhait de mettre fin à la relation...).

Fin 2023, l'antenne d'Uccle comptait 43 duos. Des interventions ont pu être proposées aux Voisineur-euses pour partager le vécu au sein de leur duo. Un moment festif avec un petit concert leur a également été proposé pour les remercier de leur engagement.

Tous les mardis, rendez-vous au centre récréatif ucclais du 3^{ème} âge, **rue Vanderkindere 383** à Uccle pour partager un petit bout de tarte, se rencontrer, échanger et mettre à l'honneur les jubilaires de la semaine ! Ces moments collectifs sont aussi l'occasion de proposer différentes activités en partenariat avec d'autres structures (ludothèque, bibliothèque, Rezone...)



Deux goûters intergénérationnels ont été organisés durant la belle saison. De grands jeux en bois, de jolies tablées et des petites douceurs ont permis aux générations de se rencontrer.

Ces goûters ont eu lieu **au Homborch** rassemblant près de 40 personnes et **au Melkriek** rassemblant 24 personnes.



SAINT-GILLES

2 Voisineur-euses
et Voisiné-es

L'ANTENNE DE SAINT-GILLES

La nouvelle antenne de Saint-Gilles a été lancée en novembre 2023 suite à l'octroi d'un financement dans le cadre du « **Contrat de Quartier Midi-** ».

Durant les deux premiers mois, l'énergie a d'abord été mise sur les rencontres avec de nombreux partenaires locaux afin de faire connaître le projet sur le territoire. **Deux premier-es volontaires** intéressé-es de s'investir dans le projet se sont par ailleurs déjà manifesté-es.

Après un début d'année sur les chapeaux de roue, l'antenne de Saint-Gilles ne cesse de s'accroître et d'accueillir de nouvelles et nouveaux Voisiné-es et Voisineur-euses !

À bon entendeur...



L'ANTENNE D'ANDERLECHT

Avec la fin du « **Contrat de Quartier Pererbos** » où Bdbd concentrait principalement son action, l'antenne d'Anderlecht s'est ouverte au cours de la seconde partie d'année à d'autres quartiers tout en maintenant une présence, plus légère, sur le territoire du Peterbos.

Fin 2023, l'antenne comptait 13 duos. Travailler à tricoter du lien en gagnant petit à petit la confiance des aîné-es et en faisant tomber les préjugés sur ce territoire très multiculturel prend du temps.

Les activités collectives mises en place permettent de gagner cette confiance et poussent les aîné-es à (re)sortir de chez elles ou chez eux.

Quatre ateliers cuisine intergénérationnels et interculturels

« des saveurs d'ici et d'ailleurs » ont ainsi été proposés tout au long de l'année rassemblant en moyenne 20 personnes, aîné-es et plus jeunes.



Chaque atelier a été introduit par une diététicienne de la CSD qui a abordé une thématique particulière (les bases de l'alimentation saine, l'assiette locale, l'équilibre dans l'assiette, moins de sucre dans l'assiette).

Les participant-es jeunes et moins jeunes ont ensuite préparé ensemble le repas avant de pouvoir le déguster autour d'une table très conviviale.

À la fin de chaque atelier, chaque participant-e a pu rentrer chez elle/lui avec les fiches des recettes du jour et des conseils donnés par la diététicienne.

Un **après-midi intergénérationnel autour du conte** a été organisé au Peterbos rassemblant **45 personnes**. Un joli mélange de tous âges !

Enfin, à partir de septembre, des **goûters mensuels** ont été mis en place **au Peterbos**. Ces moments ont été aussi l'occasion de partager des conseils en autonomie grâce à la présence d'une ergothérapeute, de sensibiliser au diabète via la présence d'une diététicienne, et de présenter des activités culturelles.



ANDERLECHT
55 Voisineur-euses
et Voisiné-es

13 duos

4 goûters



NIVELLES

77 Voisineur-euses
et Voisiné-es

30 duos

12 goûters

2023 aura été particulière à Nivelles et à Rixensart. Dès la mi-septembre, ces antennes étaient menacées de fermeture faute de financement. Grâce à une campagne de levées de fonds, elles ont pu néanmoins clôturer l'année 2023 sans changement.

L'ANTENNE DE NIVELLES

Fin 2023, l'antenne comptait 30 duos, formés au gré des arrivées et départs des Voisiné-es et Voisineur-euses. Des interventions ont été propo-

sées tout au long de l'année aux Voisineur-euses. Une **formation au massage des mains** y fut organisée pour intégrer un peu plus de « toucher » lors des visites ainsi qu'une **rencontre avec une aide familiale d'une MRS** pour un partage de bonnes pratiques. Un moment festif pour remercier les bénévoles de leur engagement a aussi été organisé.

En 2023 des **goûters mensuels** ont été organisés à la **Samiette** pour permettre aux Voisiné-es et quelques Voisineur-euses de se rencontrer ou se revoir, avec certains goûters plus spéciaux : **initiation aux bols chantants, échange avec les jeunes de Solidarité, initiation à la peinture sur tissu, présence de psychologues du réseau 107.**

Fin de l'été, la **caravane de BdBd** s'est posée dans le centre de Nivelles pour aller à la rencontre des aîné-es isolé-es du quartier et les informer sur les services et acteurs qui existent, pour sensibiliser les plus jeunes à la question du vieillissement et la solitude des aîné-es et susciter des échanges intergénérationnels entre habitant-es issu-es



d'univers différents.

Des représentant-es des services d'aide à domicile **ASD, CSD et VAD** ont été présent-es une demi-journée ainsi que l'**asbl Respect Senior.**

Un concert de clôture a par ailleurs été proposé.

Avec ce climat particulier pour la fin d'année, n'ayant aucune garantie financière en 2024, BdBd a décidé avec l'aide de ses volontaires de poursuivre l'aventure d'une autre manière...



RIXENSART

76 Voisineur-euses
et Voisiné-es

25 duos

11 goûters

L'ANTENNE DE RIXENSART

Fin 2023, l'antenne comptait 25 duos, formés au gré des arrivées et des départs des Voisiné-es et Voisineur-euses. Des interventions ont été proposées tout au long de l'année aux Voisineur-euses.

Des **goûters mensuels** à la **salle Leur abri** organisés pour permettre aux aîné-es de se rencontrer et échanger, avec certains goûters plus spéciaux : **présence d'un caricaturiste, spectacle de Kamishibai** présenté par des enfants, **conférence d'un historien sur Rixensart, spectacle de contes**, atelier « **confection de cartes de Noël** ».

Deux après-midis « contes au jardin » ont été organisés pour le bonheur de quelques aîné-es, en collaboration avec « **Lalola** », en mode solo ou en petit comité. Ces « **contes au jardin** » ont permis d'offrir un petit moment « extraordinaire » à des aîné-es qui ne sortent quasi plus ou très peu de chez eux/elles, un moment culturel pour une petite bulle d'évasion.





OLLN-WALHAIN

103 Voisineur-euses
et Voisiné-es

38 duos

7 sorties culturelles

L'ANTENNE DE OLLN-WALHAIN

Fin 2023, l'antenne compte 38 duos. Durant toute l'année, de nouveaux duos ont vu le jour succédant à d'autres qui s'arrêtaient (déménagements, départs, autres envies...). Des interventions pour les Voisineur-euses ont également été organisées dans l'antenne.

Des **goûters mensuels** ont été proposés tout au long de l'année. L'occasion pour les aîné-es et quelques Voisineur-euses, de se retrouver, de manger un petit bout ensemble et de discuter.



Le projet « **Vie&Art** » développé avec l'asbl **Un Toit deux Âges** et **Art.27** autour de **sorties culturelles** pour les aîné-es a pu être poursuivi et différentes visites furent proposées : l'expo Picasso, la piscine de Roubaix, l'Abbaye de Villers-la-Ville, l'expo Keramis, Seneffe, Marché de Noël d'Aix la Chapelle. Une visite des Serres de Laeken a également été organisée avec la Croix Rouge.

La **caravane de BdBd** s'est posée 1 semaine au printemps dans le centre de Louvain-la-Neuve pour aller à la rencontre des aîné-es isolé-es du quartier et les informer sur les différents services et acteurs qui existent, pour sensibiliser les plus jeunes à la question du vieillissement et de la solitude des aîné-es et pour susciter des échanges intergénérationnels entre habitant-es du quartier issu-es d'univers différents. Une chanteuse a égayé un des après-midis et l'équipe des **Mollets Solidaires** est venue offrir des balades en vélo aux aîné-es moins mobiles deux demi-journées.



LA LOUVIÈRE

35 Voisineur-euses
et Voisiné-es

9 duos

1 goûter

L'ANTENNE DE LA LOUVIÈRE

Lancée en octobre 2022, l'antenne de La Louvière a continué de mettre son énergie à faire connaître le projet auprès des acteurs de la santé et de l'aide et du soin ainsi qu'auprès des commerces de proximité et milieu associatif.

Fin 2023, l'antenne compte 9 duos.

L'automne 2023 aura aussi été le lancement des premières interventions à destination de Voisineur-euses pour partager le vécu au sein de leurs duos et également du premier goûter qui deviendra un rendez-vous mensuel.

La **caravane de BdBd** s'est posée dans le centre de La Louvière au début de l'été pour une jolie semaine de rencontres. L'objectif est d'aller à la rencontre des aîné-es isolé-es du quartier et les informer sur les différents services et acteurs qui existent, sensibiliser les plus jeunes à la question du vieillissement et de la solitude des aîné-es et susciter des échanges intergénérationnels entre habitant-es du quartier issu-es d'univers différents. Pas de programme a priori, juste une présence et du temps disponible !



LES PROJETS COMMUNS

La Gazette de Bras dessus Bras dessous



La « Gazette » est une de ces initiatives créées pendant le confinement que les voisin-es ont souhaité perpétuer. C'est une autre manière de garder le lien avec les aîné-es, mais aussi de cultiver un sentiment d'appartenance au réseau. Éditée tous les trois mois (4 gazettes en 2023), elle contient 16 pages où se trouvent des exercices de gymnastique, des jeux, des partages de souvenirs, des nouvelles de chaque antenne et des projets transversaux.

Les voisin-es y participent, certain-es de façon récurrente, d'autres plus ponctuellement. Elle est distribuée à l'ensemble des aîné-es de chaque antenne.

Les moments rassembleurs des Voisineur-euses des antennes

• **La Fondation be.Source** nous a permis de nous réunir cette année encore, autour des volontaires qui font notre/nos projets. C'est au Drohme de Boitsfort que nos différentes associations se sont réunies, dans une ambiance ultra conviviale ! Au programme, des ateliers de céramique, de création de bougies, une balade en forêt ou un cours de golf, suivi d'un grand repas à l'Hippodrome !



• **Un éventail de formations** a été donné par la Plateforme des réseaux d'entraide et Fédération Samen Toujours durant l'année 2023. L'occasion d'aborder avec nos Voisineur-euses les questions de « L'écoute et l'empathie », « Le comment mettre ses limites », « Respect de la Vie Privée ».



L'action « Simple comme une fleur »

Le 1^{er} octobre, journée internationale des personnes âgées, l'action « Simple comme une fleur » a encore une fois pu être menée en 2023 dans les rues des communes de Forest, Uccle, Anderlecht, Ottignies-LLN et La Louvière.



La distribution de fleurs qui devait également avoir lieu dans les communes de Rixensart et Nivelles a dû être annulée. En effet, les inquiétudes financières pour pouvoir assurer la pérennité de

3 antennes en Brabant Wallon ont commencé à être trop importantes au début de l'automne pour se permettre d'augmenter la visibilité du projet BdBd sans pouvoir garantir un accueil pour les nouvelles demandes.

Lors de cette action, une fleur est offerte aux passant-es afin de l'offrir à leur tour à une personne âgée souffrant de solitude. Au-delà de ce geste simple et symbolique, il y a la volonté de sensibiliser le public à la situation des personnes âgées isolées, de leur offrir un espace de parole et de permettre aux bénévoles de témoigner de leur engagement. Au total, ce sont plus de 2.500 fleurs distribuées à 2.500 citoyen-nes sensibilisé-es à la question du vieillissement qui sont venues colorer 2.500 chaumières pour quelques jours.

Wissant Une quinzaine d'aîné-es accompagné-es par 9 bénévoles ont pu profiter d'un séjour au printemps à Wissant, dans la magnifique maison Maris Stella de notre partenaire « Petits Frères des Pauvres ». Tout le monde a pu profiter d'un moment de vacances en commun et d'un bon bol d'air de la mer en bonne compagnie. L'aspect collectif et intergénérationnel de cette escapade a permis de renforcer les liens entre toutes et tous. Une vraie parenthèse « extraordinaire » pour des aîné-es qui ne sortent que très peu de chez eux/elles ! Malheureusement, le second séjour prévu à l'automne a dû être annulé en dernière minute à cause des fortes intempéries du moment et les avis de fortes tempêtes dans le Nord-Pas-de-Calais.



Les longues tablées de Noël et les colis à domicile En 2023, des moments rassembleurs pour célébrer les fêtes de fin d'année ont été organisés dans chaque antenne sous différentes formules (grand repas de fin d'année, goûter festif ou thé dansant) et grâce à l'appui de nombreuses personnes. Ces moments festifs ont rassemblé plus de 250 personnes dans les différentes antennes, pour le bonheur de toutes et tous. Ce sont donc près de 130 aîné-es qui ont profité de ce chaleureux moment de partage en cette période souvent synonyme de grande solitude. Une distribution de colis festifs pour les aîné-es qui n'étaient pas en mesure de nous rejoindre pour ces moments de fêtes (souci de mobilité ou de santé, aîné-es plus timides) a par ailleurs été organisée dans chaque antenne.





©Camille Van Durme

5. LES PROJETS DITS « INNOVANTS »

LES PROJETS DITS « INNOVANTS »

Parallèlement aux actions de voisinages solidaires menées dans les antennes, Bras dessus Bras dessous met en place ponctuellement des projets « pilotes » dans une antenne ou des projets communs à toutes les antennes.

Le Projet Littératie en Santé « J'ai toutes les clés en main »

Les objectifs du projet Littératie en Santé sont de former l'équipe, mais aussi de **sensibiliser les Voisineur-euses et les partenaires locaux** avec lesquels BdBd entre en contact avec les aîné-es, à avoir ce petit coup d'œil santé. Le projet vise à **accompagner les aîné-es à endosser les responsabilités de leur santé**. À cette fin, les principes de la littératie en santé proposent de s'appuyer sur des supports clairs et adaptés au public visé. Le projet s'y dédie en co-construisant un outil avec les aîné-es.



Les premières préoccupations ont été d'explorer la théorie liée à la littératie et ses applications sur le terrain. Nous avons rencontré d'autres organismes du secteur ou du secteur médical pro-littératie en santé pour découvrir d'autres pratiques pertinentes. Nous avons décortiqué le modèle d'intervention de BdBd pour identifier les

moments cruciaux pour la santé du public. À quel(s) moment(s) les chargé-es de projet, mais aussi les Voisineur-euses, pourraient-ils introduire les éléments favorables à la santé des aîné-es ?

Ces analyses permettront de formaliser, d'améliorer et de rendre visibles des pratiques pro-littératie déjà en application chez BdBd.

Par ailleurs, nous avons pris part à la première rencontre du réseau sur la littératie en santé organisationnelle mis en œuvre par la Fondation Roi Baudouin, instigatrice de ce projet.



Nous sommes ravi-es de vous présenter « mon Papillon, santé et bien-être » conçu pour favoriser le bien-être et l'autonomie des seniors.

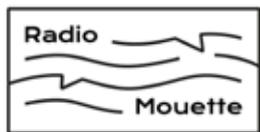
Cet outil simple et adapté spécifiquement aux besoins des aîné-es est désormais disponible en téléchargement gratuit pour tous les professionnels, mais aussi les Voisineur-euses et Voisiné-es qui souhaitent l'utiliser.

Pour garantir son accessibilité à un public diversifié, le Papillon est également disponible dans plusieurs langues.

Afin de vous assister au mieux dans l'utilisation du Papillon, il est possible de télécharger depuis notre site :

- une fiche explicative détaillée pour vous guider
- un exemplaire complété qui illustre concrètement sa mise en pratique

Projet Radio Mouette est un projet « hébergé » par Bras dessus Bras dessous mais conçu et piloté par Anne-Louise Cottet, ex-travailleuse du secteur de la culture, qui rêve ce projet depuis un petit bout de temps ...



Radio Mouette c'est une grande expérimentation pour inventer des émissions qui n'existent pas encore. 2023 est la première année du projet, une année « pilote », comme si on était dans un laboratoire : on a testé plein de manières différentes de faire des émissions, on a exploré de nombreuses thématiques. Tout cela donne la matière aux premières émissions que vous écoutez aujourd'hui, qui tissent ensemble les prototypes d'une première journée « Radio Mouette ».



Les émissions que l'on peut écouter sur www.radiomouette.org, ont été coréalisées par différents groupes d'ainé-es qui nous parlent du monde nous entourant, de ce qui nous inclut et nous exclut. Les aîné-es choisissent les musiques, les sons, les ouvrages et les histoires... Des dialogues multiples, pour (re)faire entendre sa voix, et proposer d'autres regards sur le monde.

L'objectif de Radio Mouette, c'est d'aller se glisser dans ces moments où on peut se sentir seul-e, éloigné-e d'un monde

qui ne semble parfois plus trop fait pour nous. Radio Mouette, c'est comme si on venait se poser près de nous, pour ralentir le bruit du monde et tisser des liens avec ce qui nous entoure. On a voulu épouser de la manière la plus juste possible une pluralité de quotidiens. Commencer une journée avec des chants d'oiseaux, proposer des temps de repas qu'on partage, faire des siestes sonores puis partir dans des jeux, papoter ensemble de sujets qui nous interpellent, finir la journée par un apaisement du corps... Pour une présence sensible aux côtés des auditeur-rices.

Que tous les partenaires qui ont permis l'envol de la mouette soient ici très chaleureusement remerciés !!

Résidence-services sociale



À l'initiative de la Centrale de Services à Domicile (CSD), la **CSD, Senior Montessori et Bras dessus** se sont rassemblées en 2022 pour **penser des nouveaux lieux de vie pour les personnes vieillissantes** et travailler sur une étude de faisabilité sur les thèmes du bien vieillir et de l'habitat. Plus spécifiquement, sur la conceptualisation et l'expérimentation d'une résidence-services sociale.



Après une 1^{ère} phase de diagnostic et d'analyse de l'existant et des besoins, l'année 2023 a laissé place à l'élaboration du projet immobilier de résidence-services sociale. Cette résidence sera orientée vers l'autonomisation et l'indépendance de ses résident-es, ainsi que vers l'intégration dynamique de la maison au sein du quartier de Saint-Gilles.





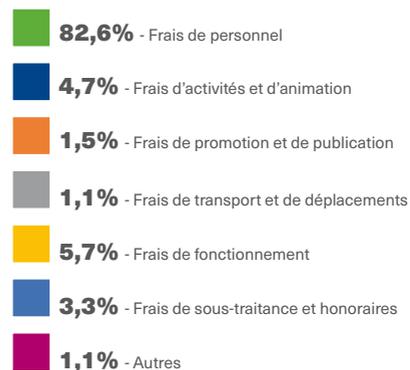
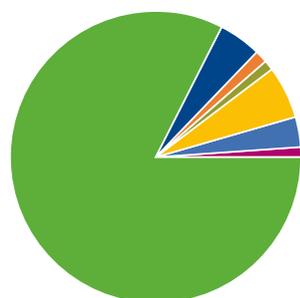
6. NOTRE BILAN FINANCIER

LE BILAN FINANCIER

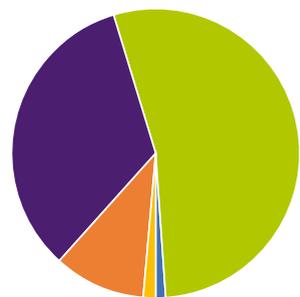
Bilan 2023

AVOIRS		DETTES	
Immobilisations corporelles	4.285,00 €	Fonds social	- 4.698,29 €
Créances	243.756,46 €	Provisions	-
Valeurs disponibles	17.532,72 €	Dettes à un an au plus	139.472,11 €
Compte de régularisation	5.822,60 €	Compte de régularisation	136.622,96 €
Total des avoirs	271.396,78 €	Total des dettes	271.396,78 €

Compte de résultats



Structure des charges - 2023



Structure des produits - 2023

Compte de résultats et budget

CHARGES	2023	Budget 2024
Marchandises et services	105.940,86 €	141.943,96 €
Frais d'activités et d'animation	38.200,81 €	41.500,00 €
Frais de récolte de fonds	4.802,60 €	41.943,96 €
Frais de promotion et de publication	7.577,51 €	6.400,00 €
Frais de fonctionnement	30.190,01 €	28.900,00 €
Frais de transport/déplacements	9.060,40 €	6.600,00 €
Frais de location et charges	16.109,53 €	16.600,00 €
Frais de personnel	670.890,68 €	674.980,07 €
Frais de sous-traitance, honoraires dont formation	26.973,06 €	31.109,50 €
Autres charges	8.565,46 €	8.410,00 €
Total des charges	812.370,06 €	856.443,53 €

PRODUITS	2023	Budget 2024
Activités génératrices de revenus	13.111,04 €	39.442,74 €
Financements privés	354.350,78 €	388.203,96 €
Dons et legs	83.060,34 €	40.000,00 €
Gros donateurs	271.290,44 €	348.203,96 €
Subides	426.640,07 €	433.329,99 €
Régions	354.146,00 €	332.579,99 €
Provinces	10.000,00 €	10.000,00 €
Communes	62.494,07 €	90.750,00 €
Autres produits	5.430,44 €	1.200,00 €
Total des produits	799.532,33 €	862.176,69 €



7. NOS PRÉCIEUX PARTENAIRES

NOS PARTENAIRES OPÉRATIONNELS

Bras dessus Bras dessous a rapidement tissé autour du projet un réseau de partenaires et d'interlocuteurs associatifs et institutionnels du secteur, avec lesquels différents types de liens se sont développés, allant du lien informel au partenariat formel. Merci à tous ces partenaires publics, associatifs et privés, avec lesquels il est si enrichissant de collaborer et sans lesquels nous n'existerions pas.



Bras dessus Bras dessous est membre de la Fédération Samen Toujours, du Réseau de l'intergénération en Belgique francophone Entr'Âges, de Coopcity, du Hub de be.Source, de la Fédération Internationale des Petits Frères des Pauvres et de la Plateforme francophone du Volontariat.



NOS PARTENAIRES FINANCIERS

Un grand MERCI à tous les partenaires publics et privés qui ont soutenu nos actions en 2023 ! Leur générosité nous a permis de consolider nos antennes, de nous essaimer à La Louvière et de réfléchir à différentes questions qui touchent notre public.



NOS DONATEUR-RICES PRIVÉ-ES

Un grand MERCI également aux petit-es et grand-es donateur-rices privé-es qui nous ont soutenu par un don en 2023

8. L'ÉQUIPE



L'ÉQUIPE DE BRAS DESSUS BRAS DESSOUS



Adrien Quittre
Chargé de projet
Littératie en Santé
Tél : 0493 41 87 28



Amélie Deridder
Chargée de projet
La Louvière
Tél : 0493 41 87 27



Anne-Louise Cottet
Chargée de projet
Radio Mouette
Tél : 0488 92 90 14



Carlotta Zanardi
Chargée de projet
récolte de fonds
Tél : 0485 69 40 11



Céline Remy
Coordinatrice
générale
Tél : 0485 39 54 98



Charlotte Rigo
Chargée de projet
Rixensart
Tél : 0485 39 54 98



Désiré Magbunduku
Assistant
de Chargé de projet
Forest
Tél : 0493 34 04 85



Florence Gentet
Assistante admin.
et Chargée de
communication
Tél : 0486 76 62 89



Inès Dujardin
Chargée de projet
Ottignies-LLN Walhain
Tél : 0498 56 20 67



Joëlle Plumerel
Chargée de projet
Anderlecht
Tél : 0493 38 52 71



Laetitia Fung
Assistante de
Chargée de projet
Anderlecht



Marianne Massion
Chargée de projet
Uccle
Tél : 0488 43 38 87



Marie De vroey
Coordinatrice
des opérations
Tél : 0491 63 62 16



Nathalie Braun
Chargée de projet
Nivelles
Tél : 0485 39 54 98



Sally Vandenberg
Chargée de projet
Saint-Gilles et Forest
Tél : 0493 34 04 89



Samuel Macsai
Chargé de projet
Forest
Tél : 0488 43 18 83



L'ÉQUIPE DES BÉNÉVOLES

engagée dans le projet
et sans qui BdD ne serait pas
ce qu'elle est.
Merci à chacune et chacun !!

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION



Aude Garely



Yasmine Boudaka



Emmanuelle Ghislain



Johanne Tilman



Alexandre Sandon



Chantal Dehon

L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE





9. ON PARLE DE NOUS

ON PARLE DE NOUS DANS LA PRESSE, SUR LE NET...

Dossier - Bien vieillir à La Louvière



Bras dessus Bras dessous est une association qui vise à lutter contre la solitude et l'isolement social qui touchent, en Belgique, une personne sur quatre de plus de 65 ans (selon une étude de la Fondation Roi Baudouin).

En s'appuyant sur la solidarité de voisinage, Bras dessus Bras dessous met en relation des personnes âgées avec des voisins es plus jeunes pour rompre ce sentiment de solitude engendré et ce, en fonction des affinités, des disponibilités et des besoins de chacune.

Ce réseau de voisins est intergénérationnel et multiculturel permet de renforcer la dynamique des quartiers et d'y favoriser l'échange et le partage.

Si vous avez plus de 60 ans et que vous vous sentez isolé.e, ou si vous êtes un.e citoyen.ne de tout âge souhaitant (re) tisser des liens intergénérationnels dans votre quartier, contactez les !

Plus d'infos : Amélie Dardoir - chargée de projet amelie.dardoir@brasdessusbrasdessous.be 0493 415 727 www.brasdessusbrasdessous.be

LA LOUVIERÈRE À LA UNE

Avril 2023

Intergénérationnel

Une nouvelle antenne Bras dessus Bras dessous

Bras dessus Bras dessous, c'est un réseau de voisins, qui se crée autour et avec les aînés isolés ayant exprimé leur envie de rejoindre du bien. Après Bruxelles, l'Opéra Louvain la Neuve, Wallons, Nivelles et Rixensart, une nouvelle antenne Bras dessus Bras dessous ouvre à La Louvière.

Cela s'appuie sur la solidarité de voisinage. Bras dessus Bras dessous met en relation des personnes âgées des "voisins" plus jeunes pour rompre ce sentiment de solitude engendré et ce, en fonction des affinités, des disponibilités et des besoins de chacune. Cette association vise à lutter contre la solitude et l'isolement social qui touchent, en Belgique, une personne sur quatre de plus de 65 ans (selon une étude de la Fondation Roi Baudouin). Une personne âgée et isolée à la Louvière, peut faire appel à des professionnels du secteur social et personnel de proximité habités à ses côtés. Ils vont travailler ensemble et en complémentarité pour favoriser l'échange et le partage.

Si vous avez plus de 60 ans et que vous vous sentez isolé.e, ou si vous êtes un.e citoyen.ne de tout âge souhaitant (re) tisser des liens intergénérationnels dans votre quartier, contactez les !

Plus d'infos : Amélie Dardoir - chargée de projet amelie.dardoir@brasdessusbrasdessous.be 0493 415 727 www.brasdessusbrasdessous.be

en marche

Mai 2023

Bras dessus Bras dessous contre la solitude des aînés

Le 2 ou 7 juin - Bras dessus Bras dessous - deux journées de 10 heures d'activités de La Louvière pour combattre la solitude des aînés.

Les aînés ont organisé une série d'activités de 10 heures d'activités de La Louvière pour combattre la solitude des aînés. Les aînés ont organisé une série d'activités de 10 heures d'activités de La Louvière pour combattre la solitude des aînés.

LA GAZETTE

Juin 2023

Project tegen eenzaamheid koppelt ouderen aan een buur: 'Er ontstaat een ketting van solidariteit'

Er ontstaat een ketting van solidariteit

Er ontstaat een ketting van solidariteit

SOCIAAL.NET

Août 2023

L'activité de "Bras dessus Bras dessous" menacée à Nivelles et à Rixensart

Bras dessus Bras dessous : les antennes de Nivelles et Rixensart sont menacées

Bras dessus Bras dessous : les antennes de Nivelles et Rixensart sont menacées

rtbf

Septembre 2023

Bras dessus bras dessous : les antennes de Nivelles et Rixensart sont menacées

Bras dessus bras dessous : les antennes de Nivelles et Rixensart sont menacées

Bras dessus bras dessous : les antennes de Nivelles et Rixensart sont menacées

tavenir

Septembre 2023

ENSEMBLE contre l'ISOLEMENT DES ANCIENS

ENSEMBLE contre l'ISOLEMENT DES ANCIENS

ENSEMBLE contre l'ISOLEMENT DES ANCIENS

Forest Vorst info

Septembre 2023

Faute de financement, l'association "Bras Dessus Bras Dessous" risque de fermer

Faute de financement, l'association "Bras Dessus Bras Dessous" risque de fermer

Faute de financement, l'association "Bras Dessus Bras Dessous" risque de fermer

DH LES SPORTS

Octobre 2023

Bras dessus bras dessous: deux antennes wallonnes menacées de fermeture

Bras dessus bras dessous: deux antennes wallonnes menacées de fermeture

Bras dessus bras dessous: deux antennes wallonnes menacées de fermeture

CathoBel

Octobre 2023

ET SUR LES ONDES.

Brabant Wallon Matin - Septembre 2023

Brabant Wallon Matin - Septembre 2023

Brabant Wallon Matin - Septembre 2023

VIVACITÉ

Brabant Wallon Matin - Septembre 2023

Dix-Huit - Octobre 2023

Dix-Huit - Octobre 2023

Dix-Huit - Octobre 2023

ACTV

Dix-Huit - Octobre 2023

Accompagner ceux qui sont seuls

Accompagner ceux qui sont seuls

Accompagner ceux qui sont seuls

moustique

Décembre 2023

JT 13h00 - Octobre 2023

JT 13h00 - Octobre 2023

JT 13h00 - Octobre 2023

rtbf

JT 13h00 - Octobre 2023

On n'est pas des pigeons - Décembre 2023

On n'est pas des pigeons - Décembre 2023

On n'est pas des pigeons - Décembre 2023

rtbf

On n'est pas des pigeons - Décembre 2023



10. NOUS SOUTENIR

COMMENT NOUS AIDER ?

Votre support est un maillon important dans la lutte contre la solitude et l'isolement de nos aîné-es et nous permet de pérenniser et d'autonomiser progressivement nos antennes.

- **Pour rester informé-e et parler de nous**, inscrivez-vous à notre newsletter et/ou abonnez-vous à nos réseaux sociaux et aimez, partagez, relayez autant que vous voulez !



- **Pour devenir Voisineur-euse ou Voisiné-e**, appelez-nous au numéro général 0486 76 62 89 ou prenez contact directement avec l'antenne de votre quartier.



- **Pour financer notre travail**, faites un don sur le compte BE70 5230 8078 6325 (déductibilité fiscale à partir de 40€ par an).



Vous pouvez aussi demander conseil à votre notaire dans le cadre d'un legs.



POUR EN SAVOIR PLUS

Téléphone : 0486 76 62 89 | info@brasdessusbrasdessous.be
www.brasdessusbrasdessous.be | brasdessusbrasdessous.be



14, Place de l'Altitude Cent - 1190 Forest