

# Sommaire

---



**Appel à participation** *p. 4*

---

COUP DE GUEULE



**STOP à l'appellation  
"LES PETITS VIEUX"** *p. 5*

Par Évelyne Flamand

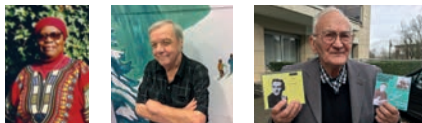
---



**Les Feux de l'Amour** *p. 6*

---

PORTRAITS



**Le Style Mama Pia** *p. 10*

**Bébert le Pirate** *p. 12*

**Christian Desmet  
et les Coyotes** *p. 14*

---

RÉCIT DE VIE



**Histoire de ma famille  
et de Coca-Cola** *p. 16*

Par Marie-Louise De Corte

---

PORTFOLIO



**Léon Meganck** *p. 20*

**Chantal De Vos** *p. 24*

**Vincen Beeckman** *p. 28*

---

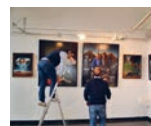
CORRESPONDANCE



**La belle histoire vraie d'un  
amour sans âge** *p. 32*

---

VIE LOCALE



**L'Atelier des artistes  
de l'abbaye de Forest** *p. 35*

Par Jocelyne Burnotte

**Le parc Jacques Brel,  
un petit bijou à Forest** *p. 36*

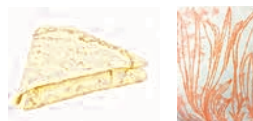
Par Papybob

**Avenue du Pont de Luttre  
de 1963 à nos jours** *p. 37*

Par Mr et Mme Verstraelen

---

NUTRITION ET SANTÉ



**Une brève histoire des crêpes** *p. 38*

Par Miriam Esser-Simons

**Bien manger  
chez les seniors** *p. 41*

La chronique du Docteur Vedrin

---

# Appel à participation

APPEL À PARTICIPATION

## **Comité de réflexion et de participation :**

Qui veut se joindre à nous pour trouver une nouvelle manière de vieillir ? L'espérance de vie s'étant rallongée, le nombre de seniors augmente. Or, beaucoup de retraités sont en pleine forme, prêts à consacrer leur énergie à des engagements associatifs et humanitaires, à s'investir dans la création artistique ou à transmettre leur savoir-faire.

## **Après-midi projection Super 8 :**

Gaston a tout le matériel nécessaire pour faire des projections Super 8. On recherche des films Super 8. Venez visionnez vos premiers films de familles avec nous.



Chantal et Michel

## **Les questions pour le Docteur Vedrin :**

Le docteur Vedrin attend vos questions pour le prochain numéro.

## **Les Feux de l'Amour :**

Racontez-nous vos papillons dans le ventre ! Cette chronique explore les joies et les promesses du grand âge. Ce volet aborde la question de l'amour et de la sexualité au troisième, voire au quatrième âge. On ne parle jamais du "dernier amour", mais toujours du premier...

## **Relations intergénérationnelles :**

on recherche des témoignages  
Depuis quelques années se diffuse le sentiment que la fracture entre les générations ne cesse de grossir. Mais est-ce vraiment le cas ? Et comment peut-on y remédier ?

## **Habitats collectifs :**

Recherche de seniors intéressés. Le "bien vieillir" passe aussi par des choix en matière de logement. Les projets d'habitat participatif ou coopératif ont désormais le vent en poupe chez les seniors. Comme souvent, les Suédois ont été pionniers en lançant dès les années 1990 ce type de maisons. Elles sont construites par les municipalités puis les locataires les font fonctionner en autogestion. ●

# STOP à l'appellation “LES PETITS VIEUX”

PAR ÉVELYNE FLAMAND

STOP à l'Infantilisation !

Mais d'où peut bien venir cette appellation “Petits Vieux”? D'où vient cette complaisance et ce manque de respect devenu presque universel et toléré par tous les aînés?

« Après vous, ma petite dame, mon bon monsieur! »

« On a apporté sa petite ordonnance, sa petite radio? »

« Elle a bien pris ses petits médicaments »...

Les vieux, ça devient vite petit, fragile, et asexué. En maison de repos, les résidents dorment dans un lit de 90cm de large, autant dire qu'il faut vraiment être persévérant pour passer une nuit ensemble.

On n'est pas petits, on n'est pas tous bons, on n'est pas tous gentils. On aime le sexe et être vulgaires. On boit, on danse et on rotte. On a des amants, des maîtresses et ça nous arrive aussi de voler des strings chez Zara.



COUP DE GUEULE

**ALORS “MERDE”,  
ARRÊTEZ DE NOUS  
APPELER  
“LES PETITS VIEUX”.**

Jean et Jacqueline Verstraelen



# Les Feux de l'Amour

*Les feux de l'amour reprennent les plus belles histoires d'amour que nous avons pu récolter auprès des seniors.  
L'amour est un besoin universel, intemporel et vital.*

---

### *Denise & Gaston*

---

Tous deux sont des enfants d'avant guerre. Denise avait 5 ans quand la guerre éclata à Forest et Gaston avait 8 ans. Les cinq années de guerre furent longues et éprouvantes. Denise se souvient : « Quand mes chaussures étaient trop petites, on ouvrait les chaussures pour faire dépasser les orteils. On avait pas de caleçons, pas de papier de toilette, pas de dentifrice, on ne mangeait pas à sa faim. Le soir en hiver, tout le monde était autour du feu. Les lits étaient chauffés avec le fer à repasser ou des pierres chaudes. C'était des hivers rudes, pas comme maintenant. »

Denise et Gaston sont voisins depuis toujours. Devenus adultes, ils ont partagé le même immeuble pendant 20 ans sans échanger un mot. Chacun vivait de son côté, heureux dans son ménage respectif. Petit à petit, les couples se sont mis à s'échanger des services : relever le courrier des uns quand les autres

s'absentaient, arroser les plantes, nourrir le canari et le chat...

Malheureusement, la maladie emporte le mari de Denise et l'épouse de Gaston. À deux jours d'intervalles ils se retrouvent veufs : Denise rentre seule de son voyage en amoureux, son mari ayant fait une crise cardiaque. De son côté, deux jours plus tard, l'épouse de Gaston décède à l'âge de 75 ans, tout comme la mère et la sœur de sa femme. C'est à croire qu'un sort a été jeté sur la famille. Elle faisait du trampoline et travaillait à Bruxelles pour l'ambassade du Népal. À l'époque des hippies, le Népal était une destination fort fréquentée.

C'est donc dans le chagrin et le réconfort mutuel que les premiers regards amoureux s'échangent. Après de longs mois de solitude et de larmes, Gaston prend son courage à deux mains et invite Denise au restaurant. La soirée est douce et réconfortante. En fin de soirée, Denise pose un baiser sur les lèvres de Gaston. →

*« Le couple heureux qui se reconnaît dans l'Amour, défie l'univers et le temps, il se suffit, il réalise l'absolu. »*

*Simone de Beauvoir*

Aujourd'hui, ils sont fiancés depuis 15 ans. L'amour toujours l'amour, la tendresse, les câlins, la validation de notre existence dans les yeux de l'autre.

*Karine & Robert,  
Maison de repos  
Bellevue*

Karine (55 ans) et Robert (72 ans) se sont rencontrés à la maison de repos Bellevue. Karine allait dans la chambre de Robert lui demander des choses ; des conseils de vies, des objets du quotidien qui lui manquaient... Un jour, elle a eu besoin d'argent. Robert prête sans hésiter la petite somme manquante à Karine. Celle-ci pour le remercier lui donne un bisou. Robert en profite pour la prendre par la taille.

« Hé bien Robert, tu es amoureux de moi ? », s'exclame Karine. « Oh, oui Karine, depuis longtemps. » Ni une, ni deux elle demande Robert en mariage.

Ils devaient se marier le 19 juillet 2019, mais Robert a eu des problèmes de santé. La partie est remise au mois d'octobre, le jeune couple se retrouve dans la salle de mariage de Forest. L'échevine des seniors et de l'état civil M. El Hamidine, émue par l'amour qui envahit une fois de plus sa salle de mariage propose de

faire un revival du rituel, au sein de la maison de repos Bellevue avec tous les résidents. Elle annule ses rendez-vous pour cause : un raz-de-marée d'amour vient de s'abattre sur Forest.

Trente minutes plus tard, tambours et trompettes, riz et paillettes, le couple est accueilli par les résidents de la Maison de repos. On reprend le rituel du mariage, ils se redisent « oui » devant les seniors émus. Le champagne coule à flots et les applaudissement résonnent. Devant témoin, Karine et Robert demandent d'avoir dorénavant une chambre commune avec un lit double. « Ce n'est pas parce qu'on est vieux qu'on ne fait pas l'amour. Au contraire, on a beaucoup de temps pour se plonger l'un dans l'autre. »

J'apprends plus tard, par Anne, amie proche de la mariée, que Karine a un talent très particulier : celui de rendre les hommes heureux. Avant Robert, il y avait Dirk, également un résident de Bellevue, celui a quitté son amoureux steward pour se donner entièrement à Karine. Elle a soutenu Dirk jusqu'à son dernier souffle. ●



Albert et Marie-Louise

---

## *Catherine\*, rongée par la jalousie*

---

J'ai dû quitter mon mari, à contre-cœur à l'âge de 40 ans. On est resté marié 5 ans. Il rentrait de plus en plus tard, il rusait. J'avais beau faire ce qu'il voulait. Je ne lui plaisait plus. C'était de plus en plus cruel. Un jour, j'ai retrouvé ma meilleure amie dans notre lit. Pourtant je l'aimais encore, je n'aimerais que lui.

Le petit salaud, son jeu était clair.  
Il voulait tout, il voulait le beurre  
et le "cul" de la crémière,  
Le petit salaud, le petit pervers, je ne  
savais plus où il mettait les doigts.  
Il revenait avec des odeurs étrangères.  
Je lui ai demandé de choisir qui il préférait :

« Le bon vieux temps où la nouvelle ère,  
elle ou moi? » Il voulait qu'on soit trois.  
Alors je suis partie.

Le mercure était à zéro, c'était le jour le  
plus triste de ma vie. La nuit allait tomber.  
Je me sentais si seule. Je refaisais les  
mêmes parcours de nos promenades, tout  
était la même chose sauf qu'il n'était plus là.  
Je voulais me jeter dans le caniveau. Depuis  
je bois des verres, des verres et des verres. ●

\* PRÉNOM D'EMPRUNT, CONTRIBUTION ANONYME

# Le style Mama Pia

**Icône congolaise à Bruxelles, Mama Pia cumule les talents : égérie de la justice sociale, reine de l'accueil et de l'hospitalité, mère de sept enfants et féministe engagée...**

PORTRAITS



Mama Pia est animée par une force tranquille. Son arbre généalogique contient la mémoire du colonialisme, des pillages, des exodes et des blessures partiellement guéries par un amour au-delà des frontières. Voilà d'où provient sa force et sa motivation de femme engagée.

Coordinatrice de l'association Firefecc-Bundundu, elle rassemble ses sœurs et ses frères tous les lundis et crée une dynamique de solidarité entre elles et eux. Ils sont toutes et tous seniors, issues du continent africain et d'Haïti. Lors de ces réunions, le rythme endiablé de la rumba congolaise retentit à un moment ou un autre, rendant les visages encore plus lumineux, rayonnant de fierté et exprimant la dimension sacrée de la vie.

Mama Pia est née au Congo, à Kingombé le 17 avril 1945, entourée de deux frères et de deux sœurs. Les enfants se retrouvent rapidement orphelins et sont pris en charge par la famille. Brillante élève de l'école coloniale, elle franchit les échelons du primaire, de trois premières années de secondaire puis bénéficie d'une bourse du gouvernement belge pour partir étudier en Belgique. Sous la colonisation, l'enseignement secondaire au pays ne commence qu'en 1957. Petite Pia se retrouve coincée dans les bras des religieuses et colons Blancs. Lors de son arrivée en Belgique, elle est fort déçue par la couleur de la terre et celle



des arbres. Les jeunes professeures blanches lui avaient vendu un pays immaculé.

La jeune Pia s'empare rapidement du diplôme d'humanité. Les brefs épisodes de racisme ne la touchent pas beaucoup : elle doit tout de même montrer son derrière nu pour confirmer qu'elle n'avait pas de queue comme le singe, que la couleur de sa peau foncée n'est pas de la crasse... Le plus blessant restera l'attitude de sœur Marie de la Croix qui, lors d'une visite royale au pensionnat, cache les jeunes filles congolaises.

Mama Pia veut poursuivre ses études à l'université et faire des mathématiques. « Impossible », lui rétorquent les soeurs : « Les Noirs ne sont pas assez rationnels ». Elle a beau porter plainte, les Belges sont unanimes : pas d'université pour les noirs. Elle entreprend un régentat en mathématique, économie et science religieuse. Son diplôme en poche, elle part enseigner les maths dans le plus grand lycée de Kinshasa. C'est au même moment qu'elle rencontre son futur mari, Jean-Marie. Les amoureux s'installent à Bruxelles. Il ne faudra que 7 ans, le temps que Jean-Marie termine ses études, pour que le jeune couple ait cinq enfants. Jean-Marie trouve un poste au Congo en 1977. Toute la famille part au Congo passer de belles et heureuses années.

En 1988, c'est le premier départ douloureux de la grande famille. Mama Pia entame sa carrière d'enseignante en Belgique : Sainte Ursule à Forest, Notre Dame, Marie Immaculée...

En 1991, Pia et Jean-Marie retournent au Congo avec un seul enfant, laissant le reste de la tribu à la charge de l'ainée et des grands-parents. Mais rapidement ils doivent fuir le règne de terreur de la dictature de Mobutu.

Le sous-sol de la République démocratique du Congo, ex-Zaïre, regorge de trésors : coltan, cobalt, cuivre, diamants, or... L'exploitation de ces ressources naturelles colossales se gagne par la violence, les pillages et crimes affreux, soutenus et encouragés par la Belgique et les grandes puissances.

À contre-cœur, la famille nombreuse de Mama Pia se retrouve et réinstalle à Bruxelles.

Depuis son retour, Mama Pia œuvre corps et âme dans plusieurs associations, à l'amélioration des conditions de vie des femmes seniors congolaises et plus largement africaines, européennes... qu'importe l'origine.

En 2018, à 73 ans, elle s'aventure en politique auprès d'Ecolo pour faire plaisir à une amie, et fournit à ce parti 369 voix. En 2019, malgré le départ de son mari bien aimé vers le ciel, elle continue courageusement à œuvrer avec ses associations contre toutes formes de communautarisme. Elle promeut par l'organisation de ses repas et réunions, la culture de la diversité, du respect et de la solidarité entre les peuples et les générations.

Sa douceur, sa beauté, son regard, ses caresses, son amour débordants sont toujours gagnants sur la morosité que professent les racistes. ●

# Bébert le Pirate

PORTRAITS



Albert  
De Greef

---

**« Jean-Jacques Georges nous ramenait à manger, et Nadine nous préparait de la soupe que nous pouvions emporter. Je souhaiterais être immortel, comme Lara Fabian. Comme ça je pourrais encore passer de bons moments au Bia Bouquet. »**

Le 4 octobre 2019, j'avais rendez-vous avec le pirate n°1 de Forest, il s'appelle Albert De Greef, né le 4 décembre 1946.

Certains l'appellent Bébert et beaucoup d'autres l'appellent Papa. C'est le repère du quartier du Bempt, c'est le sourire de plusieurs endroits dont le *Sagittaire*, le *Kiosque*, place Saint-Denis.

Son visage plissé est doux, ses yeux sont gourmands et avides de rencontres. Il lui manque certes quelques dents mais son sourire est criant d'humilité et de bonté. Il a les deux mains sur le cœur et la tendresse qui suinte de tous ses pores. C'est naturellement autour d'une Jupiler que l'interview commence. Ici on boit principalement de la bière, parce qu'avec de l'eau il risque de rouiller. Et moi je tiens à lui et je ne veux pas que ses os grincent quand il se déplace.

Il me raconte :

« Je ne voudrais pas être noble et m'appeler Albert de Greef.

J'ai été à l'école jusqu'à l'âge de 19 ans. J'ai fait mes six primaires et trois années d'étude techniques en menuiserie à Bruxelles. J'en avais marre d'aller à l'école. On est une famille de militaires, je suis donc rentré à l'armée. J'étais chauffeur. C'était dur.

Après l'armée, j'étais radiologue industriel. Je prenais des radios des soudures des pipelines. J'ai voyagé dans toute l'Europe grâce à ce travail. Cela m'a coûté mon mariage. Ma femme est partie parce que je n'étais pas assez présent. Après quatre ans de radiologie industrielle j'ai été irradié en Autriche. J'ai ramassé une trop grande dose de rayons. Après avoir été rapatrié en Belgique, j'ai dû changer de

travail. J'ai travaillé ensuite au pensionnat pour garçons, avenue Van Volxem. J'allais leur chercher à manger. En 1996, ma vie bascule, j'ai fait un AVC. À 52 ans je suis devenu invalide à 66%. Depuis lors, je ne sais plus écrire. Au début de mon invalidité j'aidais les personnes âgées. Et puis j'ai découvert le Bia Bouquet (Centre pour seniors). C'est là que j'ai vécu mes plus belles amitiés. On a passé des magnifiques après-midis là bas. Jean-Jacques Georges nous ramenait à manger, et Nadine nous préparait de la soupe que nous pouvions emporter. Je souhaiterais être immortel, comme Lara Fabian. Comme ça je pourrais encore passer de bons moments au Bia Bouquet. Deux choses ont marqué ma vie : l'histoire de l'aviation et les progrès de la médecine. Pourtant je ne suis pas encore ni aviateur ni médecin. Je me souviens du premier homme qui a été dans l'espace. Le 12 avril 1961, Youri Gagarine montait en orbite, faisait le tour de la planète et après 108 minutes de vol, revenait sur Terre. Il est devenu un des mythes absolus de l'Union Soviétique. On regardait les images à la télévision et on pleurait d'émotion. Ensuite, il y a eu Valentina Vladimirovna Terechkova la première femme à effectuer un vol dans l'espace. Seule à bord de son vaisseau spatial Vostok 6 qui décolle en 1963, elle passera près de trois jours en orbite. Si un jour je fais comme elle, et que je gagne beaucoup d'argent, je donne tout aux seniors pour qu'on réouvre tout de suite le Bia Bouquet. » ●