



Brochure à destination des aînés

Un guide pensé par et pour les aînés !

Le Conseil Consultatif Communal des Aînés (CCCA) est fier de vous présenter ce recueil d'informations spécialement conçu pour les aînés de notre commune.

Un petit groupe de travail engagé s'est mobilisé pour rassembler une mine de renseignements utiles, pratiques et inspirants. Ce guide a pour but de vous accompagner au quotidien en vous informant sur les services disponibles, les activités proposées et les ressources à votre disposition.

1. Numéros d'urgence

- Aide médicale urgente - **112**
- Aide policière urgente - **101**
- Pompiers / Ambulance - **112**
- Centre médical hélicoptéré – **086/45.03.39**
- Intempéries - **1722**

2. Services d'aide à domicile

- OAFL (aide et soins à domicile) – 080/51.00.84
- Ménage & vous (aide-ménagère) – 080/64.38.16
- Le Savoir-Fer (repassage) – 0477/55.09.26
- Repas chauds (CPAS) – 080/29.20.34
- Centrale de services à domicile – 061/61.31.50
- Télévigilance - inscription via CPAS, mutuelles ou Samaritel – 084/31.18.47
- Prêt de matériel sanitaire - Croix-Rouge Gouvvy 080/51.77.61
- Hestia (lutte contre l'isolement) – 063/22.10.10
- ASO (soins palliatifs) – 0496/39.14.16
- Croix jaune et blanche – 063/23.04.04
- Centrale de services à domicile (CSD) – 061/61/31/50
- Aide et soins à domicile, centre de Bastogne (ASD) – 061/28.02.10
- Infirmières indépendantes :
 - Annette Servais – 0476/47.90.41
 - Michelle Ngankou'ou, Ngankou – 0475/24.17.91
 - Violette Lambert – 0497/39.54.22
 - Christelle Dufrasne – 0490/11.81.55

3. Services de proximité

- Administration communale de Gouvy – 080/29.29.29
- CPAS (aide sociale, repas à domicile, télévigilance) – 080/29.20.30
- Boutique de l'Avenue Noël (magasin de seconde main) – 080/29.20.31
- Police de proximité (Cité Gros-Thier 24A, 6670 Gouvy) – 080/51.77.47
- Recyparc – 080/51.06.69
- Ressourcerie (enlèvements de biens réutilisables gratuits) – 080/01.18.78
- Repair Café (réparations gratuites d'objets chaque dernier dimanche du mois) – 0470/80.50.62

4. Numéros utiles

- Respect Seniors (Agence wallonne de lutte contre la maltraitance des aînés) – 080/03.03.30
- Télé Accueil (soutien 24h/24) – 107
- CCCA (Conseil Consultatif Communal des aînés de Gouvy) – 080/29.29.45
- SENOA (accompagnement dans la recherche d'un lieu de vie adapté) – 081/22.85.98
- Résigouvy (résidence services pour les seniors) – 080/33.07.52

5. Santé

Médecins généralistes

- Association des Docteurs Parmentier Igne, Lekeux Carole et Grégoire Lydie
Rue d'Ourthe 17A, 6672 Gouvy - 080/21.75.07
- Cabinet Grandjean-Riguelle - Courtil 83, 6671 Gouvy - 080/67.87.74
- Docteur Hedia Mourad - Rue d'Houffalize 11A, 6670 Gouvy - 080/51.04.80

Maison de garde médicale Ardenne Nord

Chaussée de Houffalize, 1bis à 6600 BASTOGNE

(dans les locaux du Centre de Santé Provincial, à côté de la Clinique Ste Thérèse).

NUMÉRO UNIQUE : 1733

Les horaires des gardes :

- Le week-end : dès le samedi matin à 8 heures et jusqu'au lundi matin à 8 heures.
- Les jours fériés : depuis la veille à 20 heures jusqu'au lendemain à 8 heures du matin.
- La Maison de Garde médicale sera ouverte durant toute la durée de la garde.

Pharmacies

- Pharmacie Guiot - Rue de la Gare 3, 6670 Gouvy - 080/51.03.15
- Pharmacie Simon - Cherain 39B, 6673 Gouvy - 080/51.05.00
- Pharmacie de garde - 0903 99 000

Kinésithérapeutes

- Christelle Delhaise et Pauline Fagnant
Rue d'Houffalize 41, 6670 Gouvy - 0495/21.86.31
- Emmeline Renard - Ourthe 23, 6672 Gouvy - 0497/87.22.19
- Carine Pfeffer - Rue de la Dalle 2C, 6670 Gouvy - 080/21.78.80
- Clément Comté et Shannan Westhof - Cherain 18, 6673 Gouvy - 0494/28.11.66 – 0487/47.51.81
- Thérèse Everbecq - Langlire 41F, 6674 Gouvy - 0495/28.84.81
- Bénédicte Grommerch - Courtil 12A – 6671 Gouvy - 0498/12.03.31
- Rudy Senecaut - Beho 81 – 6672 Gouvy - 0492/86.01.28
- Pauline Depierreux, Valérie Van Weyenberg et Maude Craenhals (Ostéopathe)
Cherain 40 – 6673 Gouvy - 0492/86.01.28 – 0497/33.59.13 – 0484/16.36.62

Centres hospitaliers

- Hôpital Ste Thérèse (Chaussée d'Houffalize 1, 6600 Bastogne) - 061/24.01.11
- Hôpital St Joseph (Klosterstraße 9, 4780 St. Vith) - 080/85.41.11
- Maison du diabète (Hôpital de Bastogne) - 084/41.10.00
- Garde de dentiste - 112 ou 1733
- Centre antipoisons - 070/245.245
- Droit de se faire soigner au Luxembourg en qualité de frontalier (se renseigner d'abord auprès de sa mutuelle)

6. Mobilité

- « Ça roule pour tous » (taxi social) – 0493/18.01.28
- Proxi-Gouvy (bus local, les jeudis matins sur réservation) – 080/29.29.29
- TEC & SNCB (itinéraires et horaires sur leur site internet)

Transport de malades

- Médic-Assistance (transport non-urgent à caractère médical) – 080/21.55.00
- Association de Services de Transport adapté (ASTA) – 081/26.10.06
- Centre médical hélicoptéré (commandé par le 112) – 086/45.03.39
- Les mutuelles peuvent aussi organiser le transport

7. Vivre avec un handicap

- Agence wallonne pour une Vie de Qualité (AVIQ) – 080/01.60.61
+ Bureau régional à Libramont – 061/22.85.15
- Service communal Handicontact (via CPAS) – 080/29.20.31

8. Loisirs

- Espace aînés : lieu de rencontre pour les aînés, chaque mardi au château de Gouvy - 0493/31.04.30
- Service culturel de la commune de Gouvy : organisation d'ateliers artistiques, conférences, expositions, concerts et voyages - 080/29.29.45
- Espace Public Numérique (EPN) : accès et/ou initiation à l'informatique, à Internet et à la culture numérique (Rue d'Houffalize 12, 6670 Gouvy) - 0493/09.91.39
- Bibliothèque et ludothèque communale (Rue d'Houffalize 12, 6670 Gouvy) - 080/40.03.02
- Bibliobus : fait arrêt dans la commune une fois par mois - 084/84.05.13
- Club de pétanque : toute l'année en intérieur et extérieur (Rue d'Houffalize 22A, 6670 Gouvy) 0473/65.74.96 – 0496/03.24.53
- Enéo : mouvement social par et pour les seniors proposant des activités culturelles et sportives 063/21.18.51
- Gymsana : activité physique adaptée pour les personnes âgées ou fragilisées. Intervention de la mutuelle - 0492/73.05.68
- Club des 3x20 : à Gouvy, Bovigny et Montleban réunion mensuelle, excursions - 080/51.71.39
- Le Cercle Horticole « Les Tilleuls » : formations et informations en horticulture, conférences, groupements d'achats - 0495/10.82.03
- Cabaret wallon : tous les 3^e Samedis à 19 h, Périphe en la demeure (Rue Verte 1, 6670 Gouvy) 080/51.19.46 – 080/51.10.13
- Points, mailles et fantaisies, au Syndicat d'Initiative (Rue de la Gare 30, 6670 Gouvy) 080/51.07.35
- Chorales :
La chorale de la paroisse de l'église St Aubin à Gouvy chante aux offices le dimanche
Chorale « Les 4 Vents » se réunit à Montleban
- Harmonie : pour musiciens ayant une maîtrise minimum de leur instrument, de 12 à 99 ans 0483/63.52.72
- Académie de musique de Malmédy, section Gouvy, sans limite d'âge - 080/33.89.25
- Devenir bénévole : guide du bénévolat des associations et organismes à caractère social, édité par le Plan de Cohésion Sociale de Gouvy - 080/29.29.33

9. Cultes

Les paroisses :

Tous les villages de la commune, sauf Brisy, font partie du secteur Gouvy, Doyenné Ourthe et Salm – 080/33.95.09

Brisy : unité pastorale Ste Cécile Houffalize – 0496/79.37.21

Centre d'action laïque (Rue de l'Ancienne Gare 2, 6800 Libramont) :

organisation de cérémonies laïques pour marquer les étapes importantes de la vie - 061/22.50.60