



Merci, Saint-Nicolas !

P. 8

Le patient

Votre santé nous tient à cœur

HIELORA
CENTRES HOSPITALIERS UNIVERSITAIRES

Le magazine de
vos hôpitaux
Mensuel N° 28
DÉCEMBRE 2025

Les patients partenaires : une collaboration gagnante

P. 2



Marché de Noël

P. 5



La magie des fêtes
à l'hôpital

P. 6



Des recettes
festives pour un
réveillon gourmand

P. 10

Cher-e-s lecteurs-ices,

Un numéro spécial fêtes pour illuminer ce mois de décembre, avec un peu de légèreté et de douceurs...

Au menu : rencontre avec nos patients-partenaires. Ils ont vécu une expérience de soin dans nos hôpitaux et ont souhaité partager celle-ci pour nous aider à améliorer nos pratiques, donner leur avis sur nos projets, nos brochures, dans un bel esprit de co-construction. Récit pages 2 et 3.

Saint-Nicolas est passé par là... Photos dans nos services avec nos équipes et nos jeunes patients, notamment. Belle transition pour parler de nos services de pédiatrie, qui se coupent (encore plus) en quatre pour illuminer le quotidien des enfants hospitalisés pendant les fêtes. Séquence tendresse en pages 6 et 7.

Un bricolage simple et ludique vous est proposé pour une après-midi de rires et de joyeux sapins. Et si vous hésitez encore sur le choix de votre menu de fêtes, nos diététiciennes vous proposent une alternative saine et savoureuse, de l'entrée au dessert.

Rendez-vous est pris pour découvrir nos marchés de Noël, sur nos différents sites, pour des achats magiques et utiles.

Point final de ce numéro spécial : retour sur le Gala 2025 de la Fondation Jolimont, sur ses projets et réalisations, et la façon dont chacun d'entre nous peut être acteur de celle-ci.

Il nous reste à vous souhaiter, cher-e-s lecteur-ices, de jolies et sereines fêtes de fin d'année, et rendez-vous en janvier pour de nouvelles rencontres.

Le comité de rédaction.

Éditeur responsable | Sudinfo – Pierre Leerschool – Rue de Coquelet, 134 - 5000 Namur
Rédaction | Caroline Boeur
Coordination | France Brohée – Sophie De Norre – Kevin Baes
Jéréemie Mathieu – Vincent Lievin
Sélection des sujets | Comité de rédaction de HELORA
Mise en page | Creative Studio
Impression | Rossel Printing

Les patients partenaires : une collaboration gagnante



Impliquer les patients dans l'amélioration continue des soins : telle est l'ambition du concept de patients partenaires, une initiative qui s'inscrit dans une dynamique de co-construction entre soignants et patients.

C'est un fait : aujourd'hui, le patient est un véritable acteur de son parcours de soins. Et grâce à son expertise issue de son vécu hospitalier, il est aussi un conseiller indispensable à l'amélioration des soins. C'est dans cette optique que les CHU HELO-RA ont développé le concept de patient partenaire. Hélène Leto (site Kennedy), Fatou Thiam (sites Jolimont, Lobbes, Nivelles et Tubize), Carine Jaumotte, Sonia Ben Ali et Anne Mattens (sites Constantinople et Warquignies) coordonnent les projets élaborés avec les patients partenaires.

Qu'est-ce qu'un patient partenaire ?

« Un patient partenaire, c'est un patient qui a vécu une expérience de soins dans l'hôpital et qui accepte de partager ce vécu pour nous aider à améliorer nos pratiques », explique Hélène Leto. Concrètement, ces patients sont sollicités pour donner leur avis sur des projets en cours, co-construire des outils destinés au public (brochures, parcours patient, informations pratiques), participer à des actions de sensibilisation ou encore revoir des parcours de soins afin d'en pointer les forces et les faiblesses. Autrefois appelés « patients conseillers », ils sont aujourd'hui pleinement intégrés sous le

terme de patients partenaires, soulignant un changement de culture : « On n'est plus dans un modèle paternaliste, mais dans un véritable partenariat », insiste Fatou Thiam.

Un Comité patient et des partenariats ponctuels

Le dispositif repose sur deux types de participation. Le Comité patient se réunit une fois par mois et rassemble des patients, souvent atteints de maladies chroniques, qui fréquentent régulièrement l'hôpital. Ils travaillent sur des thématiques générales et transversales : hygiène des



main, accueil, signalétique, projets institutionnels, etc. Ils participent également à des actions grand public. Actuellement, il y a 11 patients partenaires sur le site Kennedy, 6 pour les quatre sites Jolimont, Lobbes, Nivelles et Tubize et 2 sur les sites de Constantinople et Warquignies. Parallèlement à ce Comité régulier, d'autres patients collaborent de manière ponctuelle sur des projets très ciblés : parcours endométriose, maternité, oncologie, chirurgie cardiaque. « *C'est indispensable de travailler avec des patients qui ont réellement vécu ce type de prise en charge. On ne va pas demander son avis sur le parcours maternité à quelqu'un qui n'a jamais connu ce service* », sourit Carine Jaumotte. Ces patients peuvent être ensuite recontactés pour un suivi du projet, mais leur participation reste liée à leur expérience spécifique.

Un avis ancré dans la réalité

Tant au niveau du Comité que des patients ponctuels, leur rôle est primordial pour l'amélioration continue des soins. Les patients partenaires permettent de confronter les idées des équipes aux besoins réels des patients, d'éviter de concevoir des outils inadaptés, d'ancrer chaque projet dans la réalité du vécu et d'améliorer la lisibilité des informations données aux patients. « *Travailler avec les utilisateurs d'un projet est indispensable. Sinon, on risque de mettre en place quelque chose qui ne correspond pas du tout aux attentes des patients* », précise encore Hélène Leto. « *Souvent, les patients partenaires ramènent les soi-*

Pourquoi devenir patient partenaire ?

Parce que cet engagement permet :

- ° de contribuer à améliorer concrètement l'hôpital,
- ° de faire entendre la voix des patients,
- ° de participer à un vrai changement culturel.

Qui peut devenir patient partenaire ?

Un patient partenaire est capable d'adopter une vision globale, de se distancier de sa situation personnelle, d'écouter des avis différents du sien, de dialoguer de manière constructive et de participer à des travaux parfois sensibles.

Devenez patient partenaire

**Envie de devenir patient partenaire ?
Contactez nos coordinatrices.**

* Hôpitaux de Jolimont, Lobbes, Nivelles, Tubize :
comitepp@helora.be

* Hôpitaux de Mons-Constantinople et Warquignies :
patient@helora.be

* Hôpital de Mons-Kennedy : helene.letto@helora.be

Une rencontre préalable est toujours organisée afin d'évaluer si le profil correspond à l'esprit du dispositif.





gnants à des réalités simples : un mot d'explication, une écoute ... et dans la majorité des cas, ils désamorcent les problèmes. » Fatou Thiam souligne également leur capacité à enrichir les réflexions internes : « Ils participent à la vie de l'hôpital. De l'accueil à la sortie, ils ont leur mot à dire sur tout ce qui touche à l'expérience patient. Et leur recul, leur regard non médical, apporte une réelle plus-value. » Tous les services n'y sont pas encore habitués, mais les résultats concrets encouragent les

équipes à les intégrer de plus en plus tôt dans les projets. « Notre objectif, c'est que les patients soient impliqués dès le début des projets, pas une fois que tout est déjà bouclé », insiste Carine Jau-motte. « On veut vraiment que les professionnels pensent à travailler avec les patients, et non pas seulement pour eux. » Car, comme le résume Hélène Leto, « la contribution d'un patient partenaire est inestimable : elle enrichit chaque projet. »



TÉMOIGNAGES

Danièle, 70 ans

« La rencontre de deux expertises, médicale et patient, permet d'améliorer les soins »

« En 2018, j'ai été hospitalisée sur le site de Jolimont pour une intervention qui, sur le moment, s'est très bien déroulée. C'est après que les choses se sont compliquées. Je suis sortie de l'hôpital avec beaucoup d'incompréhensions. J'ai alors écrit au service de médiation, sans agressivité, simplement pour faire avancer les choses. À ma grande surprise, j'ai été contactée très rapidement. Nous avons discuté, et, de fil en aiguille, le service m'a proposé de devenir patiente partenaire. Au début, je n'étais pas sûre de vouloir accepter. Puis l'idée a mûri. J'ai compris qu'il s'agissait de contribuer, à mon niveau, à améliorer les soins. Aujourd'hui, je suis heureuse d'avoir dit oui. Ce rôle m'intéresse énormément parce qu'il est multiple. Nous sommes un peu les yeux et la voix du patient. Les soignants ont leur jargon, leur vision et, ce qui leur semble évident ne l'est pas toujours pour nous. C'est là que nous apportons notre regard, notre vécu. Ensemble, nous co-construisons. Je suis convaincue que c'est la rencontre de deux expertises qui fait avancer les choses : l'expertise médicale et l'expertise du patient, celle de la vie quotidienne avec la maladie. Ensemble, elles permettent d'améliorer les soins. »

Pierre, 59 ans

« Je suis heureux de contribuer, à ma mesure, à un système de soins plus humain »

« En 2024, j'ai été hospitalisé pendant trois mois à Jolimont. J'y ai découvert l'existence des volontaires et des patients partenaires. Après ma sortie de l'hôpital, je ne travaillais plus pour raisons de santé. J'avais envie de m'investir. Depuis janvier 2025, je fais donc officiellement partie du groupe. Je suis à la fois patient partenaire et volontaire. Cela me permet de faire le lien avec ce que j'entends auprès des patients sur le terrain, de faire remonter des difficultés, des questionnements, parfois des incohérences. J'ai travaillé plus de 25 ans dans le social, comme éducateur puis directeur d'un centre pour personnes handicapées. Mettre en place des projets, améliorer la qualité de vie, c'était mon quotidien. Cela me manquait. Aujourd'hui, je retrouve cette sensation d'utilité. Plutôt que me plaindre, j'ai maintenant l'occasion de faire bouger les choses de l'intérieur. Bien sûr, tout ne peut pas changer. Il y a des contraintes financières, des limites matérielles. Certains sujets, comme le problème de parking, n'auront jamais de solution miracle. Mais d'autres évoluent vraiment. Je suis heureux de contribuer, à ma mesure, à un système de soins plus humain. »

Laurence, 53 ans

« On nous donne la parole et l'opportunité de faire évoluer les choses »

« Je suis en invalidité depuis quelques années et patiente sur le site de Kennedy. Il y a 2 ou 3 ans, lors d'une visite médicale, j'ai vu une affiche qui proposait de devenir patient partenaire. Étant infirmière de formation, je me suis dit que je pouvais apporter mon expérience à la fois en tant que professionnelle de la santé et en tant que patiente. Je fais donc partie du Comité patient depuis sa création. Pour moi, être patient partenaire, c'est donner son avis en tant que patient sur des thématiques précises. Ce rôle m'apporte un vrai sentiment de participation à l'évolution des soins de santé. Cela me permet aussi de garder un pied dans le domaine de la santé. On apprend énormément. Même en étant infirmière, on ne connaît pas tout le fonctionnement interne de l'hôpital. Je suis toujours demandeuse d'apprendre, de comprendre, et surtout de pouvoir relayer ces informations autour de moi. J'ai aussi le sentiment que mon avis compte vraiment. Nous avons des retours sur nos conseils, on nous informe des suites qui sont données. Être patient partenaire, c'est avoir la chance d'être un relais entre les professionnels de la santé et les patients. On nous donne l'opportunité de faire évoluer les choses. »

Annie, 68 ans

« C'est une véritable richesse personnelle et collective »

« J'ai été soignée pour un cancer du sein à Helora, site Kennedy et j'ai eu la chance de pouvoir fréquenter la maison de ressourcement L'Intermède où l'on m'a proposé d'intégrer le Comité des patients partenaires. Les patients partenaires de notre comité viennent d'horizons différents et chacun a vécu sa propre expérience de la maladie, chacun apporte de ce fait sa propre vision en tant que patient. La collaboration, toujours bienveillante, entre nous et le « corps médical » n'en est que meilleure et tend vers un objectif commun : l'amélioration de la qualité des soins et des services et par là même, celle de l'expérience et de la satisfaction de tous les autres patients. On donne beaucoup, mais on reçoit aussi énormément. Les échanges sont enrichissants, les parcours sont différents, les expériences variées. C'est une véritable richesse personnelle et collective. On contribue à faire évoluer l'hôpital vers un modèle plus collaboratif, dans lequel soignants et patients travaillent ensemble. Nous participons aussi à des journées de sensibilisation dans le hall de l'hôpital. Comme nous sommes des patients partenaires, identifiés comme tels, les autres patients viennent plus facilement vers nous. Ils se reconnaissent en nous, ils se sentent plus libres de parler. Nous faisons le lien entre eux et les équipes médicales. »

Marchés de Noël

Les marchés de Noël organisés au sein de nos hôpitaux sont devenus des rendez-vous incontournables, alliant magie des fêtes et solidarité. Ces événements ne pourraient exister sans l'engagement remarquable de nos équipes qui, malgré leurs nombreuses responsabilités, consacrent leur temps et leur énergie à créer ces moments chaleureux pour tous. Merci aussi à vous ! Votre générosité permet de soutenir concrètement nos services et des associations partenaires qui accompagnent nos patients au quotidien.



La magie des fêtes à l'hôpital

Chaque année, les services de pédiatrie des **CHU HELORA** s'illuminent pour offrir un peu de magie aux enfants hospitalisés durant les fêtes.

Des guirlandes scintillantes, des dessins colorés, de la musique, des petites attentions : durant les fêtes, les services des CHU HELORA se parent de joyeuses couleurs. En pédiatrie, plus encore qu'ailleurs, les équipes s'attèlent à créer une ambiance festive particulière, se transformant, le temps d'un mois, en lutins du Père Noël.

Apporter un peu de magie aux enfants

Que ce soit pour les consultations, l'hôpital de jour, les urgences ou l'hospitalisation classique, durant les fêtes, tous les enfants ont la possibilité de profiter d'un environnement lumineux et chaleureux. Les festivités débutent généralement avec l'arrivée du Grand Saint comme l'explique Valérie Fouquart, infirmière en chef du

service de pédiatrie à l'hôpital de Mons, site de Kennedy : « *Saint Nicolas rencontre les enfants et chacun d'eux reçoit un cadeau personnalisé, ce qui rend le moment encore plus spécial. Le service organise également des marchés de Noël auxquels certains enfants hospitalisés ou placés peuvent participer. Les fonds récoltés servent à aider les enfants en situation sociale difficile. Et le mercredi 17 décembre, nous accueillons le Père Noël.* » Les services de pédiatrie des différents sites sont entièrement redécorés pour créer cette atmosphère si particulière aux fêtes. « *Nous installons toujours la décoration*



MARIE-LISE DOR

Infirmière en chef, du service de pédiatrie, de l'hôpital de Lobbes



**STÉPHANIE
ANDRÉ**

Infirmière en chef, du service de pédiatrie de l'hôpital de Nivelles



**SOPHIE
RAUCQ**

Infirmière en chef du service de pédiatrie, à l'hôpital de La Louvière, site Jolimont



de Noël après le passage du Grand Saint », explique Marie-Lise Dor, infirmière en chef à l'hôpital de Lobbès. « Cette année, nous avons décidé de faire un sapin éco-responsable. Certains enfants aident à mettre les décorations et participent à la transformation du service. Et le 23 décembre, nous accueillons une chorale. » « Nous essayons de créer une véritable ambiance de fête pour les enfants hospitalisés », précise encore Stéphanie André, infirmière en chef du service de pédiatrie de l'hôpital de Nivelles. « L'objectif premier de l'équipe est de mettre des étoiles dans les yeux de tous les enfants... et de leurs parents. Nous installons des décorations, des dessins sur le thème de Noël, les lutins de Noël viennent chaque jour faire de petites blagues aux enfants hospitalisés. Babeluttes et chouquettes surprennent les enfants chaque matin dès leur réveil. Et nous organisons une petite fête avec l'arrivée du Père Noël qui vient distribuer des cadeaux dans les différentes unités. »

Un menu spécial

À l'hôpital de La Louvière, site Jolimont, Saint Nicolas et Père Noël passent également distribuer des cadeaux aux enfants comme l'explique Sophie Raucq, infirmière en chef du service de pédiatrie. « Comme sur les autres sites, nous décorons tout

le service. Pour la Saint Nicolas, une grimeuse vient maquiller les enfants, les cadeaux sont distribués l'après-midi... Nous adaptons également le menu du jour pour qu'il soit plus festif et surtout composé de choses que les enfants aiment. On évite par exemple les choux de Bruxelles ! L'idée est vraiment de rendre cette journée particulière. À Noël, l'aumônerie et les bénévoles proposent un programme spécifique avec la chorale de l'hôpital qui vient chanter des chants de Noël autour du 23 et du 24 décembre. Cela contribue à créer une atmosphère chaleureuse. Il y a aussi des petites initiatives spontanées : des infirmières qui viennent travailler avec un bonnet de Noël, des accessoires festifs... » L'objectif de tous ces petits gestes ? Rappeler que ces journées sont spéciales, créer un cadre agréable pour le personnel, mais surtout pour les enfants et leurs parents.

Être davantage à l'écoute

Émotionnellement, la fin de l'année est en effet une période plus chargée. En décembre, il faut être encore plus attentif et à l'écoute. Les fêtes sont un moment sensible : les enfants sont loin de la maison, de leur famille. Mais grâce à la bonne humeur de tous, l'ambiance reste sereine et agréable. « Les infirmières créent des liens très forts et deviennent presque une petite famille

||
« Nous plaçons les enfants au centre de nos préoccupations, tout en leur permettant de vivre cette période de manière plus joyeuse. »

Stéphanie André,
infirmière en chef du service de pédiatrie de Nivelles

||

pour les enfants pendant ces jours particuliers », constate Valérie Fouquart. « Nous consacrons également beaucoup de temps au jeu. Jouer fait partie du soin en pédiatrie. C'est essentiel toute l'année, mais encore davantage pendant cette période où les enfants ont besoin de chaleur, de présence et de moments plus légers. » Pour les enfants hospitalisés plus longtemps, cette période peut être encore plus difficile. L'organisation est alors adaptée : horaires de visites plus souples, possibilité de repas festifs en famille, moments adaptés au rythme de l'enfant... Les parents imaginent en effet souvent ces moments comme des fêtes joyeuses en famille, et se retrouvent confrontés à une hospitalisation. « Bien sûr,

ce ne sera jamais pareil qu'un Noël en famille, mais cela atténue un peu la déception. Une maman m'expliquait qu'évidemment, c'était triste d'être à l'hôpital, mais que, grâce à l'attitude des équipes soignantes, présentes toute la journée, ils en ont finalement gardé un très bon souvenir. Je pense que cela montre que nous arrivons réellement à améliorer les conditions de séjour des familles durant cette période. » Du côté des équipes, l'ambiance est aussi particulière. « En pédiatrie, nos infirmières ont encore une âme d'enfant », souligne Stéphanie André. « Et cette ambiance plus légère joue un rôle essentiel dans la prise en charge : elle participe incontestablement au bien-être des enfants, créent un sentiment de sécurité et de confort qui est favorable au traitement. »

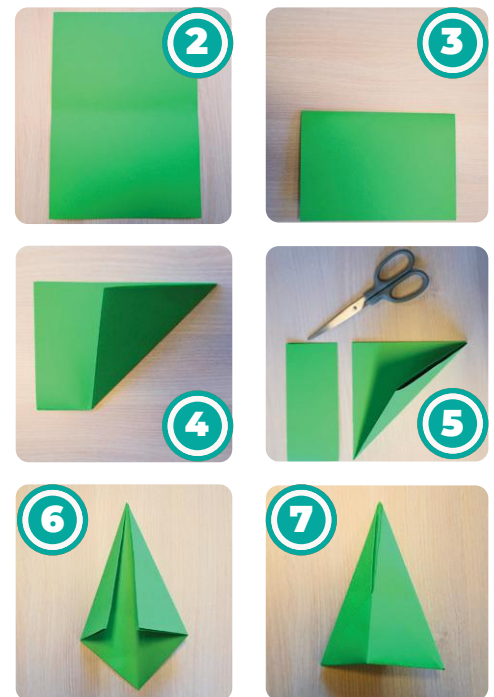


**VALÉRIE
FOUQUART**

Infirmière en chef du service de pédiatrie à l'hôpital de Mons, site Kennedy



Saint-Nicolas a fait la joie des petits et grands grâce à son passage dans nos services de pédiatrie. Sourires, cadeaux et bonbons ont rythmé ces beaux moments de partage.



1 - Pour fabriquer des sapins rigolos il faut :

- Des feuilles de papier vert A4
- Des bouchons en liège
- Des pompons colorés
- Des yeux à coller
- Des nœuds en papier brillant
- Des chenilles multicolores
- Des stickers étoiles
- Du ruban coloré
- Un marqueur noir
- Une paire de ciseaux
- Des pastilles de gel adhésif ou du papier collant double face
- Une perforatrice

2 - Prendre une feuille de papier vert A4.

3 - Plier la feuille en 2.

4 - Placer la feuille pliée en 2 dans le sens de la longueur puis plier comme sur la photo en ramenant un coin vers le haut.

5 - Couper la bande rectangulaire qui dépasse.

6 - Déplier le « triangle » afin d'obtenir un carré devant vous puis replier les 2 coins opposés comme sur la photo.

7 - Replier les pointes vers le haut (face avant et face arrière) afin d'obtenir la forme finale du sapin.

8 - Faire des petites entailles triangulaires sur les bords du sapin.

9 - Placer 2 pastilles de gel adhésif ou 2 morceaux de papier collant double face de part et d'autre d'un bouchon en liège.

10 - Glisser et coller le bouchon à l'intérieur du sapin en papier.

11 - Coller un pompon sur le sapin à l'aide d'une pastille de gel adhésif ou d'un morceau de papier collant double face.

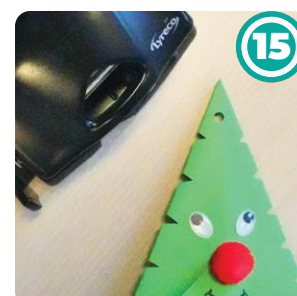
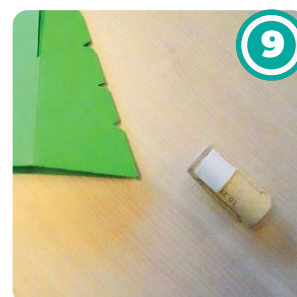
12 - Coller deux yeux rigolos.

13 - Dessiner un joli sourire avec un marqueur noir.

14 - Coller un nœud en papier à la base du sapin en utilisant une pastille adhésive ou un morceau de papier collant double face.

15 - Faire un trou au sommet du sapin à l'aide de la perforatrice.

16 - Passer un morceau de ruban dans le trou et faire un nœud.



17 - Coller une étoile au sommet du sapin.

18 - Glisser 2 chenilles vertes dans le sapin en passant par les ouvertures latérales et plier les extrémités pour créer les bras du sapin rigolo. Tu peux aussi l'accrocher à ton sapin de Noël !



*Emilie RODONO - Educatrice
Service de Pédopsychiatrie de
Jour « Les Haubans » - Hôpital
de Mons-Constantinople*



Des recettes festives pour un réveillon gourmand

Les équipes de diététique des CHU HELO-RA vous ont concocté un menu qualité alliant saveurs traditionnelles et raffinement.

Hôpital de Mons - site Kennedy
065 / 41 33 70

Hôpital de Warquignies :
065/ 38 60 95

ENTRÉE DE FÊTE

Cassolette de Noël : Saint-Jacques, crevettes & fondue de poireaux, béchamel allégée au curry

4 personnes

La base de la mer :

- ☐ 12 noix de Saint-Jacques
- ☐ 120g de crevettes grises décortiquées
- ☐ 1 filet d'huile d'olive
- ☐ Sel, poivre

Fondue de poireaux :

- ☐ 3 blancs de poireaux
- ☐ 10 g de beurre
- ☐ Sel, poivre

HÔPITAL DE NIVELLES
TUBIZE
Rue Samiette,
11400 Nivelles - Belgique
www.helora.be

Hôpital de Mons
site Constantinople :
065 /35 90 44

Hôpital de La Louvière
site Jolimont : 064/23 38 76

Hôpital de Lobbes :
071/ 59 73 03

Béchamel allégée (au jus des poireaux)

- ☐ Jus de cuisson des poireaux (environ 20-25 cl)
- ☐ 15 g de beurre
- ☐ 15 g de farine
- ☐ 5 cl de crème légère
- ☐ Sel, poivre
- ☐ 1 pincée de muscade
- ☐ Curry doux

Gratin :

- ☐ 40 g de parmesan râpé
- ☐ Persil frais

Lumia Christelle
067/885-339

Dethier Anne-Sophie
067/885- 348

Duquenne Bérangère
067/885-341

Saccarelli Maxime
067/885- 340

PRÉPARATION

1. Fondue de poireaux + récupération du jus

- Émincer finement les blancs de poireaux.
- Faire fondre 10 g de beurre dans une sauteuse, ajouter les poireaux.
- Couvrir + ajouter 200 ml d'eau avec 1/2 cube de bouillon de légumes et cuire à feu doux 10-12 min.
- Une fois fondants, égoutter en gardant le jus de cuisson des poireaux
- Réserver le jus pour la béchamel et les poireaux pour le montage.

2. Cuisson des Saint-Jacques et crevettes

- Faire chauffer une poêle avec un filet d'huile.
- Saisir les Saint-Jacques 1 min par face, juste pour les dorer.
- Faire revenir rapidement les crevettes 1-2 min.
- Saler et poivrer.
- Réserver

3. Béchamel allégée au jus de poireaux

- Faire fondre 30 g de beurre ou margarine dans une casserole et faire un roux.
- Ajouter la farine et mélanger

pour faire un roux blond.

- Verser progressivement le jus de poireaux (chaud de préférence), en fouettant pour éviter les grumeaux.
- Laisser épaissir 2-3 min.
- Ajouter la crème légère si souhaité, saler, poivrer et ajouter la noix de muscade et le curry selon votre goût
- On obtient une sauce plus légère, aromatique et moins grasse qu'une béchamel classique.

4. Montage des cassolettes Répartir dans 4 petites cassolettes :

- Un lit de fondue de poireaux
- 3 Saint-Jacques
- 30 g de crevettes
- Napper généreusement de béchamel allégée.
- Saupoudrer de parmesan
- Ajouter le persil.

5. Gratin

- Enfourner à 180°C pendant 10-12 minutes, jusqu'à coloration dorée.
- Servir les cassolettes bien chaudes, directement à table.
- Accompagner d'une tranche de pain grillée.

Filet de dinde farci aux châtaignes, poêlée de pleurotes aux dés de bacon, rondelles de pommes de terre au romarin.

4 personnes

- 14 grands filets de dinde coupé fin + ficelle alimentaire
- 200 g de viande hachée de volaille
- 150 g de châtaignes cuites (en bocal ou sous vide)

- 1 échalote hachée
- 1 gousse d'ail écrasée
- Persil haché
- 10 cl de bouillon de volaille
- 10 cl de vin blanc
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- Sel, poivre

Rondelles de pommes de terre, au romarin.

4 personnes

- 800 g de pommes de terre fermes

- 2 branches de romarin
- 2 gousses d'ail
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- Sel, poivre

PRÉPARATION

- Couper les pommes de terre en rondelles (pour ceux qui ont une mandoline, trancher à la mandoline)
- Dans un plat, mélanger les pommes de terre avec l'huile, les herbes de romarin (jeter les branches), l'ail, le sel et le poivre.

- Placer une feuille de cuisson sur une plaque au four (idéalement sur le lèche frite), placer les pommes de terre à plat.
- Placer au four, chaleur tournante à 180°C durant 30 minutes et vérifier la cuisson. Les pommes de terre doivent être bien dorées, et découper en tranches épaisses.

Poêlée de pleurotes aux dés de bacon.

4 personnes

- 800 g de pleurotes émincés
- 100 g de dés de bacon fumé

- 1 oignon haché
- 3 c. à soupe d'huile
- Sel, poivre
- Persil frais

PRÉPARATION

- Faire revenir les dés de bacon pour les dorer légèrement dans une poêle.
- Ajouter l'huile et l'oignon.
- Ajouter les champignons émincés et cuire 8-10 min jusqu'à évaporation de l'eau.
- Saler, poivrer, ajouter le persil en fin de cuisson.

PRÉPARATION

1. Préparer la farce

- Mélanger le haché, les châtaignes grossièrement émietées ou mixées grossièrement, l'échalote, l'ail, le persil, sel et poivre.

2. Filet de dinde, garnir et rouler :

- Étaler la farce au centre du filet de dinde, rouler le filet et ficeler comme un rôti à 3 endroits, aux extrémités et au milieu pour que la farce reste bien à l'intérieur.

3. Saisir :

- Faire dorer les filets de dinde dans une cocotte avec l'huile.

4. Cuisson :

- Déglicer avec le vin blanc, ajouter le bouillon, couvrir et cuire 45 min à feu doux

5. Repos + tranchage :

- Laisser reposer 10 min avant de retirer les ficelles et découper en tranches épaisses.

DESSERT DE FÊTE

Moelleux au chocolat « green », glace vanille, topping caramel et ses cacahuètes.

Pour 12 moelleux

- En plus des ingrédients ci-dessous, ajouter :
- Quelques cacahuètes émietées
- Du sucre impalpable
- Un pot de glace vanille

Le moelleux au chocolat :

- 200 g de chocolat noir
- 5 g de sucre vanillé
- 50 g de farine de froment
- 300 g de courgette légèrement cuite et écrasée
- 100 g de sucre semoule
- 3 œufs
- 10 g de baking powder
- 1 pincée de sel

Le topping caramel maison

- 200 g de sucre en poudre
- 100 ml d'eau (divisée en 2 x 50 ml)
- 100 ml de crème liquide entière (30% MG)
- 30 g de beurre
- 1 pincée de sel

- Cuire la courgette à la vapeur et écraser

- Mélanger les œufs, le sucre et le sucre vanillé en fouettant bien

- Faire fondre le chocolat au bain marie et incorporer la courgette mixée

- Incorporer au mélange œufs-sucre blanchit, l'appareil chocolat-courgette, et le sel et ajouter progressivement la farine tamisée et le baking

- Graisser le ou les moules et fariner légèrement

- Verser la pâte dans le moule et cuire pendant 25 minutes à 160°C et 15 min si vous faites plusieurs petits individuels

- Caraméliser le sucre Dans une casserole à fond épais, verser le sucre + 50 ml d'eau.

Faire chauffer à feu moyen sans remuer (tu peux juste bouger légèrement la casserole).

Le sucre va fondre puis devenir doré.

Arrêter quand il a une belle couleur ambrée.

- Ajouter l'eau restante Hors du feu, ajouter lentement les 50 ml d'eau restants.

- Ajouter crème + beurre Remettre sur feu doux. Ajouter la crème liquide en mélangeant doucement. Ajouter le beurre et la pincée de sel si désiré.

Laisser cuire 2-3 minutes pour obtenir une texture bien lisse

Remarque : Se garde 2 à 3 semaines au frigo.

MONTAGE DE DESSERT

Couper ou placer le morceau de moelleux au chocolat dans une assiette à dessert

Placer une boule de glace vanille à côté

Verser le caramel liquide sur le moelleux

Placer quelques cacahuètes au-dessus

Parsemer de sucre impalpable pour une belle présentation (facultatif)



Gala 2025: une générosité pour toutes et tous

Au travers de ses différentes actions, la Fondation Jolimont soutient des projets de bien-être pour les patients et soignants des CHU HELO-RA. La soirée de Gala 2025 a permis de montrer, encore une fois, toute la générosité des 180 participants. Elle permettra de financer des projets innovants de bien-être pour des aînés. Lors du Gala de l'an dernier, un chèque de 60 000 euros avait été remis au service de réanimation pédiatrique du site Jolimont des CHU HELO-RA pour l'aménagement des chambres des parents et la contribution à l'achat d'un brancard médicalisé adapté aux jeunes.

La Fondation Jolimont entend promouvoir l'excellence en matière de soins aux personnes tout au long de la vie, et soutient des projets d'in-

novation pour répondre aux grands enjeux sociétaux, par la recherche et la formation notamment.

Des soins de qualité et humains

La Fondation finance, par exemple, la formation de sages-femmes pour accompagner au mieux les familles qui vivent un deuil périnatal, la formation d'un service d'urgences à la détection et la prise en charge des victimes de violences conjugales, de la sonothérapie en soins intensifs (pour réduire la douleur et le stress auprès des patients mais aussi pour le bien-être des

soignants), des lieux de ressourcement et de bien-être pour les personnes en traitement de cancer...

La Fondation a à cœur de soutenir également tous les soignants? Cette année, cela s'est fait au travers d'Awards et de remises de chèques, en collaboration avec le service Qualité des hôpitaux. Ces chèques permettent aux équipes de passer un agréable moment ensemble (bien-être, repas de service...)

Et vous ? Que pourriez-vous faire pour la Fondation ? Chacun à son niveau peut en effet agir au travers d'un défi culturel ou sportif comme l'a fait Patrick Vandecappelle en mai avec le duathlon au profit de la Pô Zen... (CHU HELO-RA de Nivelles), un don à l'occasion d'une fête ou d'un autre événement de votre vie...

Pour soutenir la Fondation (les dons supérieurs à 40€ sont fiscalement déductibles), il est possible de se rendre sur la page de <https://fondation.jolimont.be> et de choisir le projet pour lequel vous souhaitez effectuer un versement.

Fonds des Amis de la
Fondation Jolimont
BE 10 0000 0000 0404
BIC GEBABEBB
+++020/0320/00062+++

