



**ATD  
QUART MONDE**

ATD Quart Monde Wallonie-Bruxelles

  
bpost  
PB-PP  
BELGIE(N) - BELGIQUE

Bureau de dépôt : Etterbeek Chasse  
Rue des Champs 49-51, 1040 Bxl  
P204 207

Mensuel

Ne paraît pas en juillet-août

**Janvier 2025**

***La Lettre de***

***L'Université Populaire Quart Monde***



### **Ce qui influence notre santé**

Avenue Victor Jacobs 12, Tél. : 02/650.08.70  
1040 Bruxelles  
Email : [universitepopulaire@atd-quartmonde.be](mailto:universitepopulaire@atd-quartmonde.be)

Éditeur responsable :  
Bert Luyts

Avec le soutien de

  
FÉDÉRATION  
WALLONIE-BRUXELLES

Lettre de l'Université Populaire Quart Monde, Janvier 2025

## **Thème de décembre : la transmission et la lutte contre la pauvreté**

Bonjour à toutes et tous,

Nous vous souhaitons une belle et heureuse année 2025.

Un grand merci pour tout votre travail sur le thème de la transmission, et pour votre soutien à l'UP de décembre à Namur.

Vous nous avez dit que le premier lieu de transmission était la famille, que pouvoir transmettre des choses à d'autres apporte de la fierté. Que pour pouvoir transmettre à d'autres il faut pouvoir s'exprimer, à l'oral ou à l'écrit, il faut du temps et de la patience, être ensemble des lieux où on se sent bien.

Vous avez parlé de l'importance de transmettre les connaissances et savoirs des personnes les plus exclues et discriminées à d'autres pour se mobiliser et lutter ensemble contre la pauvreté.

N'oubliez pas de nous faire un retour en cellule sur ce que vous avez pensé de l'UP.

## **Thème de janvier : Ce qui influence notre santé**

Pour le mois de janvier, nous avons choisi le thème de la santé et plus spécifiquement, "ce qui l'influence en positif ou en négatif".

Nous nous souhaitons "Santé!" lorsque nous buvons un verre entre amis, lorsque nous éternuons, à nos anniversaires, ou encore au réveillon, lorsque l'on passe d'une année à une autre. Avoir la santé nous permet de tout vivre plus facilement au quotidien.

Nous voulons réfléchir ensemble aux choses que nous vivons, et qui nous entourent, et qui ont des effets sur notre santé.

Avec ce thème, nous voulons répondre à plusieurs questions :

Qu'est-ce que ça veut dire "être en bonne santé" ?

Qu'est ce qui fait que nous sommes en bonne santé et qu'est ce qui abîme notre santé ?

En quoi le vécu de la pauvreté a un impact sur notre santé physique et mentale ?

**Pour préparer seul ou avec d'autres**

Merci d'envoyer vos réponses à

(en utilisant au besoin une autre feuille)

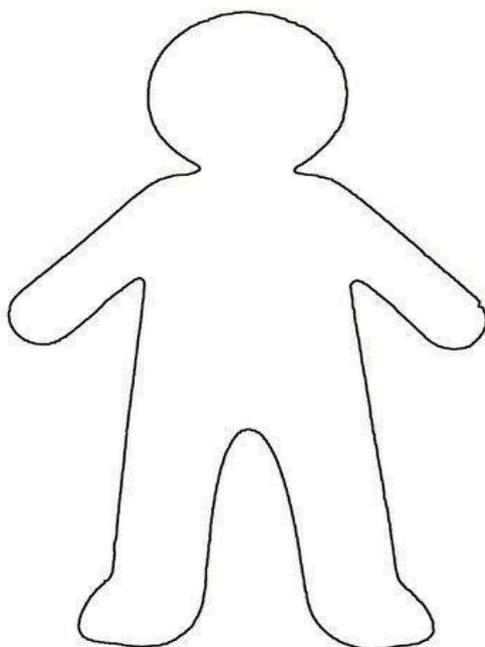
Université populaire Quart Monde

Avenue Victor Jacobs 12 — 1040 Bruxelles

**En indiquant votre nom :** .....

**Question 1 :** Qu'est ce qu'être en bonne santé pour vous ?

**Question 2 :** Qu'est ce qui a des impacts positifs sur notre santé ? Qu'est ce qui a des impacts négatifs sur notre santé ? Dessinez ou écrivez autour de la silhouette.



La prochaine Université Populaire aura lieu le **samedi 22 février à Bruxelles**. Plus d'informations dans la lettre de février.

### **INFOS PRATIQUES : DIFFÉRENTES MANIÈRES POUR PRÉPARER :**

Chacun peut répondre à la lettre et nous la renvoyer par mail à cette adresse: [universitepopulaire@atd-quartmonde.be](mailto:universitepopulaire@atd-quartmonde.be)

Vous pouvez aussi nous la renvoyer par la poste sans affranchir, **vous ne devez pas mettre de timbre**. N'hésitez pas à glisser une feuille en plus s'il vous manque de la place.

*Pour renvoyer la lettre par la poste :*

*1. Pliez la lettre en trois de façon à rendre visible cette page-ci. L'avant de la lettre est le rectangle pointillé ci-dessous. L'arrière est le texte ci-dessus que vous pouvez barrer pour que ce soit clair pour la poste.*

*2. Attachez les feuilles pliées ensemble avec un bout de papier-collant ou une agrafe, pour que la lettre ne s'ouvre pas. Déposez-là dans une boîte aux lettres rouge de la poste.*

**Inutile d'affranchir**



**ATD Quart Monde  
Avenue Victor Jacobs 12,  
1040 Bruxelles  
Maxiresponse  
P 204 207**