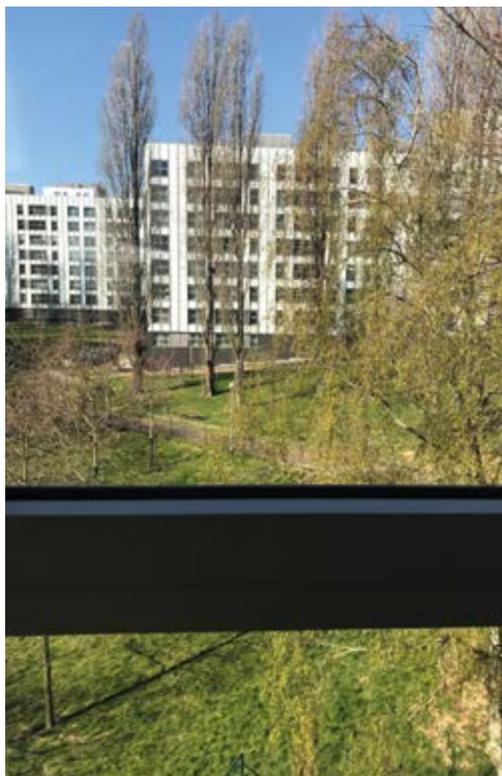
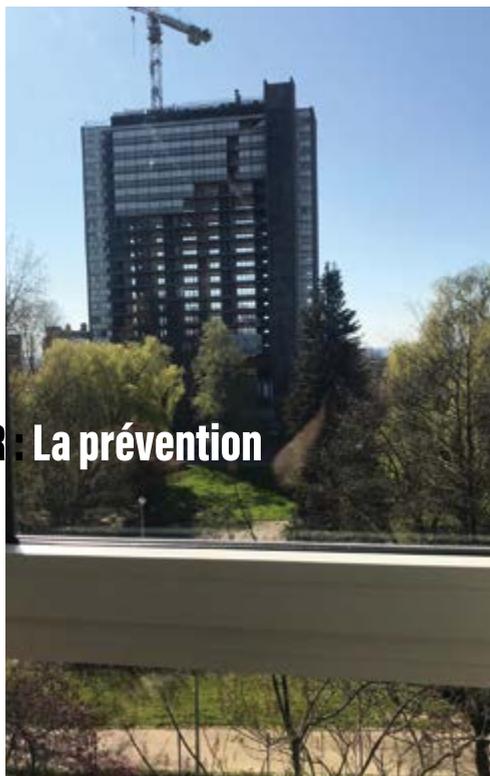
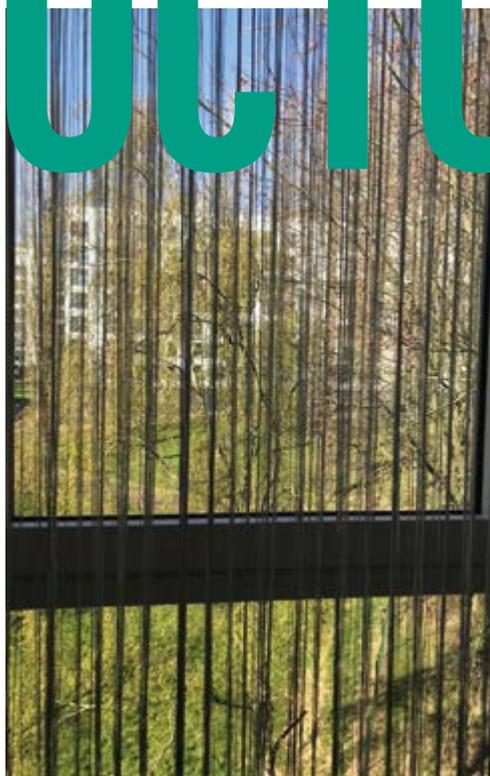


TOCTOK



Le trimestriel du Foyer Laekenois / printemps 2020 / n°57



DOSSIER: La prévention

TOUTES LES INFORMATIONS SUR
www.info-coronavirus.be

04 / DOSSIER

La prévention



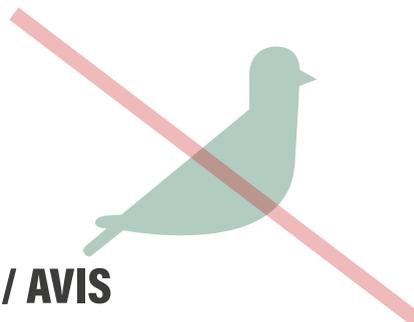
09 / PORTRAIT

Mostafa Jaroui



09 / RÉNOVATIONS

Interventions techniques



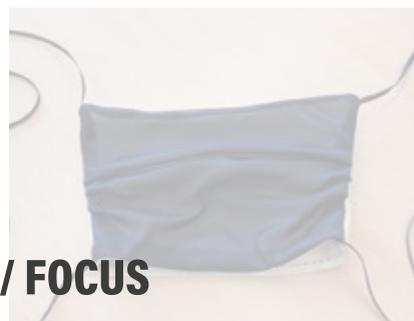
10 / AVIS

Ne nourrissez pas les pigeons !



11 / FOCUS

Gel désinfectant



12 / FOCUS

Masque en tissu



14 / ÇA BOUGE DANS LES QUARTIERS

Vue depuis sa fenêtre



16 / IDÉES DÉCOUVERTES

Nouveau site internet du FLH

Edito

La situation que nous vivons actuellement est tout à fait inédite : alors que nous sommes en mouvement perpétuel depuis la nuit des temps et qu'« être en mouvement » est vu comme un trait de caractère très positif, nous sommes soudainement 2,6 milliards de personnes contraintes au confinement en raison d'un virus, le COVID-19.

Tous les jours nous entendons (aux nouvelles) le décompte des contaminations, des décès, heureusement celui des personnes guéries ayant quitté les hôpitaux ; les frontières sont fermées, les événements sportifs et culturels sont annulés, le virus n'est pas que dans les corps, il est partout et aura un impact certain sur notre vie d'après.

Certes, nous n'affrontons pas tous cette obligation à rester à demeure de manière égale, selon qu'on aie une famille nombreuse ou qu'on soit seul.e, que l'on vive dans un petit ou un grand appartement, avec un jardin, un animal de compagnie... Vous trouverez dans le dossier de ce numéro spécial les consignes de confinement et de déconfinement, ainsi que les aides qui peuvent vous être apportées, qu'elles soient sociales, économiques ou juridiques.

Et nous espérons qu'en gérant au mieux la sortie du confinement et la période qui suivra, nous pourrons reprendre le cours de nos vies le plus rapidement possible. Pour y arriver nous devons rester solidaires les uns des autres.

Prenez soin de vous.

Liesbet Temmerman



Liesbet Temmerman
Présidente du Foyer Laekenois

« nous devons rester solidaires
les uns des autres. »

Toc-Tok 57 - PRINTEMPS 2020

Éditeur responsable :

Christophe Pourtois, Directeur général
Le Foyer Laekenois scrl
Avenue de l'Arbre Ballon 5A • 1020 Bruxelles
tél. : 02 479 00 48 • fax : 02 478 49 36
www.foyerlaekenois.be
toctok@flh.brussels
Imprimé sur papier FSC

Rédaction :

M. Bosquillon

Copyright :

Sauf mention contraire : Couverture, p.14, p.16 :
habitants de la Cité Modèle / p.9 : Bravvo (c)
CyrusPâques

Comité de rédaction :

Présidente du Foyer Laekenois : Liesbet Temmerman / Asbl Cité Modèle : M-N. Dumeunier

FLH

Indien u uw nieuwsbrief liever in het Nederlands

dan in het Frans ontvangt, stuur een mail naar
toctok@flh.brussels of een brief naar "De Lakense
Haard, Toc-Tok, Dikke Beuklaan, 5A, 1020 Brussel".

La prévention

Par un hasard de calendrier, nous avons prévu de consacrer le dossier de Toc Tok à la prévention en général, mais la situation de confinement dans laquelle nous nous trouvons, nous a amenés à le retravailler pour coller avec l'actualité.

Revoici quelques unes des règles essentielles à suivre pendant le confinement, et reste souhaitable lors du déconfinement, ainsi que les numéros de téléphone utiles en cette période.

- Restez chez vous le plus possible pour éviter un maximum de contact en dehors des personnes qui vivent sous le même toit ;
- vous devez vous limiter aux déplacements essentiels : faire vos courses, aller à la poste, ou à la pharmacie par exemple ;
- lavez-vous régulièrement les mains à l'eau et au savon et ce, pendant au minimum 30 secondes ;
- si vous avez les symptômes du COVID-19 (toux sèche, fièvre, problèmes respiratoires, perte du goût et de l'odorat...), appelez en priorité votre médecin généraliste, il vous dira quoi faire ensuite ; ne vous rendez pas directement à l'hôpital ;
- lorsque vous vous mouchez, utilisez un mouchoir en papier ; tousssez ou éternuez dans le pli de votre coude si vous n'avez pas de mouchoir ;
- prendre l'air est autorisé. Vous pouvez faire cela uniquement avec les personnes de votre famille qui vivent sous le même toit ou avec un(e) ami(e). Il faut par ailleurs respecter la distanciation sociale (sauf avec les membres de votre famille vivant sous le même toit).
- lorsque vous êtes à l'extérieur, gardez une distance obligatoire d'au moins 1,5 m entre vous et les autres ;
- Tous les rassemblements à partir de deux personnes sont interdits. Les membres d'une famille vivant sous le même toit peuvent sortir ensemble.
- évitez de vous donner ou de serrer la main, de vous faire la bise ou de vous serrer dans les bras ;
- faites attention aux groupes à risque : les personnes âgées de plus de 65 ans, les personnes souffrant de diabète ou de maladies cardiaques, pulmonaires ou rénales, celles dont le système immunitaire est affaibli, ...
- les contacts entre les enfants et les personnes âgées ne sont pas recommandés. Les enfants ne tombent pas gravement malades à cause du coronavirus, mais peuvent être porteurs et le propager facilement.

« gardez une distance obligatoire d'au moins 1,5 mètre entre vous et les autres »

Vivre ensemble dans un immeuble surtout en période de confinement, c'est également tenir compte de ses voisins et partager avec eux des espaces communs. Il est d'autant plus important de s'imposer des règles de savoir-vivre. Soyez civiques et solidaires, c'est très important :

- soyez courtois, saluez votre voisin ;
- faites attention aux nuisances sonores : gardez par exemple le volume de votre téléviseur à un niveau convenable, évitez de crier ou de faire claquer les portes après 22h... ;
- n'encombrez pas les parties communes avec des objets personnels ;
- gardez les parties communes propres et veillez à sortir vos poubelles au bon moment... ;
- lorsque vous sortez, si vous devez prendre l'ascenseur, mettez des gants ou prenez un mouchoir pour appuyer sur les boutons d'ascenseurs ;

- ne prenez l'ascenseur qu'une personne à la fois, sauf pour les familles et lavez-vous les mains dès que vous rentrez chez vous ;
- Et bien sûr, les rassemblements dans les communs ne sont pas permis.
- vérifiez que votre mobilier est bien stable, afin qu'il puisse vous servir de point d'appui, et installez des protège-coins sur les angles pointus pour éviter les vilaines blessures lors de chutes.

« gardez les parties communes propres »

Enfin, le dossier tel que nous l'avions prévu portait sur la prévention au quotidien.

Voici donc également quelques conseils d'aménagements de votre intérieur assez faciles à mettre en place afin d'éviter un accident domestique désagréable, lequel serait d'autant plus malvenu pendant cette période de confinement.

pour éviter les chutes :

- rangez à portée de main les objets (vaisselle, serviettes, draps...) que vous utilisez au quotidien pour ne pas devoir utiliser un tabouret ;
- nos cuisines et salles de bain étant généralement carrelées et donc potentiellement glissantes, mettez des antidérapants au pied des lavabos, dans la baignoire ou la douche ;
- équipez vos interrupteurs d'adhésifs phosphorescents pour faciliter leur accès pendant la nuit ;
- installez des barres d'appui à des endroits stratégiques de la maison (douche, toilettes) pour éviter de glisser et servir à se relever ;
- veillez à garder votre appartement bien rangé et laissez le moins possible d'obstacles au sol, dans les couloirs et les cages d'escalier...
- scotchez vos tapis au sol pour éviter toute glissade ;

pour éviter les brûlures :

- installez des robinets thermostatiques pour contrôler la température de l'eau chaude
- ne tournez jamais les poignées de vos casseroles vers l'extérieur, pour ne pas vous ébouillanter ;
- ne laissez pas pendre le fil d'un appareil électrique (notamment une bouilloire) ;
- si vous cuisinez, utilisez des maniques isolantes pour sortir un plat du four

pour éviter les empoisonnements :

- gardez toujours les produits dangereux (notamment de nettoyage) dans leurs emballages d'origine pour ne pas les ingérer par mégarde et hors de portée de main de vos enfants ;
- soyez attentifs à vos conduites de gaz, vérifiez l'état de votre installation électrique (fils dénudés, multiprise surchargée) et installez des cache-prises sur vos prises électriques

Nous sommes conscients que ce moment inédit dans nos vies est difficile à vivre et qu'il faut du courage pour continuer à suivre ces règles de confinement qui pèsent lourdement sur notre vie familiale, sociale et économique mais qui peuvent aussi provoquer angoisse et détresse...

Pour toute question sur le virus :

www.info-coronavirus.be
info-coronavirus@health.fgov.be
T : 0800 14 689

Si vous n'avez pas de médecin généraliste :

Médecin généraliste : 1733
www.doctorbrussels.be

Si vous avez besoin d'un conseil juridique :

Planning familial de Laeken : 0498 592 158

Si vous avez des difficultés pour faire vos courses, pour aller à la pharmacie ou à la poste :

Bruxelles soutien : 0800 35 243
Covid-Solidarity : 02 808 96 54 (par Whatsapp)
<https://solidair.brussels>
Plateforme Solidarité : 02 808 99 48

Si vous êtes angoissé et avez besoin de parler :

Envies suicidaires 24/24 : 0800 32 123
Ligne de santé du SPF Santé : 0800 14 689
Ligne de soutien sur Bruxelles : 02 501 01 27 / 02 501 01 28 / 02 501 01 29
Service de soutien psychologique 24/24 : 107
Sur Laeken : Le Norois : 02 478 82 40 / Champ de la Couronne : 02 410 01 95
(de 10h à 14h en semaine)

Si vous avez besoin d'une aide sociale :

CPAS de la Ville de Bruxelles : 0800 35 237 (gratuit)

Si vous êtes dans une situation de violence :

Ligne anonyme 24/24 : 107
Violence conjugale : 0800 30 030
Besoin de protection urgente : 101
Besoin de soins médicaux urgents : 112

Si vous avez des difficultés avec vos enfants à la maison :

Planning familial de Laeken : 0498 592 158 (fermé le lundi)
Soutien téléphonique : appelez avant de craquer : 0471 414 333

Centre d'aide alimentaire

Les colis du coeur : 02 420 60 87
La clé asbl : 0476 93 06 27

En situation d'urgence, vous pouvez appeler aussi bien le 112 que le 101 pour joindre un des trois services de secours (pompiers, ambulance ou police). Un menu à option vous permettra ensuite de choisir le service dont vous avez besoin.

Centre antipoison : 070/245.245

Bravvo : 02/279.65.00 - www.bravvo.be

Centre de jeunes l'Horizon : 02/421.02.40 - 0494/53.78.39

Centre de jeunes Averroès : 02/479.77.87 - 0499/92.35.89

Centre Communautaire Oasis : 02/479.53.88 - 0496/28.81.61

Nota Bene : 02/208.00.83

Cellule pre-rad : 02/279.65.91 - 0496/27.12.58

Prévention des vols : 02/279.65.13 - 0493/51.76.89

Service juridique : 02/208.00.87 - 0491/71.10.29

COMMENT SE PROTÉGER CONTRE LES VIRUS COMME LE CORONAVIRUS COVID-19 OU LA GRIPPE SAISONNIÈRE ?

1

LAVEZ-VOUS RÉGULIÈREMENT LES MAINS.



2

UTILISEZ TOUJOURS DES MOUCHOIRS EN PAPIER. UN MOUCHOIR NE S'UTILISE QU'UNE FOIS. JETEZ-LE ENSUITE DANS UNE POUCELLE FERMÉE.



3

SI VOUS N'AVEZ PAS DE MOUCHOIR À PORTÉE DE MAIN, ÉTERNUEZ OU TOUSSEZ DANS LE PLI DU COUDE.



4

RESTEZ À LA MAISON SI VOUS ÊTES MALADE.



TOUTES LES INFORMATIONS SUR
www.info-coronavirus.be



service public fédéral
SANTÉ PUBLIQUE,
SÉCURITÉ DE LA CHAÎNE ALIMENTAIRE
ET ENVIRONNEMENT



E.R. TOM AUWERS, PLACE VICTOR HORTA 40/10, 1000 BRUXELLES

CONTRIBUEZ À RALENTIR LA PROPAGATION DU VIRUS:

1

RESTEZ CHEZ VOUS AUTANT QUE POSSIBLE.



2

ÉVITEZ DE VOUS DONNER OU SERRER LA MAIN,
DE VOUS FAIRE LA BISE OU DE VOUS SERRER
DANS LES BRAS.



3

FAITES ATTENTION AUX GROUPES À RISQUE.

Il s'agit des personnes de plus de 65 ans, des personnes diabétiques, des personnes souffrant de maladies cardiaques, pulmonaires ou rénales, des personnes dont le système immunitaire est affaibli, ...



4

LES CONTACTS ENTRE LES ENFANTS ET
LES PERSONNES ÂGÉES NE SONT PAS
RECOMMANDÉS.

Les enfants ne tombent pas gravement malades à cause du coronavirus, mais peuvent le propager facilement.



5

GARDEZ UNE DISTANCE SUFFISANTE (1,5
MÈTRE) LORSQUE VOUS ÊTES À L'EXTÉRIEUR.



TOUTES LES INFORMATIONS SUR
www.info-coronavirus.be



service public fédéral
SANTÉ PUBLIQUE,
SÉCURITÉ DE LA CHAÎNE ALIMENTAIRE
ET ENVIRONNEMENT

E.R. TOM AUWERS, VICTOR HORTAPLEIN 40/10, 1080 BRUXELLES

Mostafa Jaroui

Éducateur de rue à Laeken

Dans le cadre de notre dossier prévention, nous avons rencontré un membre actif de l'équipe de Bravo, le service de prévention de la Ville de Bruxelles, Mostafa Jaaroui, éducateur de rue à Laeken.

Mostafa nous a parlé longuement de son travail et du rôle qu'il tient dans le quartier avec beaucoup de passion :



« Je suis éducateur de rue spécialisé, j'ai commencé dans les Marolles avant de rejoindre Bravo et d'arriver en 2009 à Laeken où et je suis affecté depuis trois ans.

Auparavant nous travaillions en binôme mais maintenant nous travaillons seuls.

Je passe 70% de mon temps de travail en extérieur et j'effectue ce que l'on appelle du « zonage » c'est-à-dire que je travaille sur des endroits problématiques, comme par exemple un squat, une entrée d'immeuble... Endroits problématiques parce que l'on y consomme et/ou vend du cannabis par exemple, ou parce que ce sont des endroits bruyants parfois jusque tard dans la nuit, et que les acteurs de ces problèmes sont malheureusement le plus souvent des jeunes ou de jeunes adultes, dont la plupart sont en décrochage scolaire et ont en général un vécu familial souvent très difficile : un père qui est parti, et une mère qui a plusieurs boulots pour joindre les deux bouts. Ces jeunes se retrouvent en décalage avec leurs proches et j'essaie de les aider en établissant un lien de confiance, en les impliquant dans des projets communs que nous menons avec les centres de jeunes. Nous rencontrons et travaillons également avec leurs parents.

Il n'est pas toujours facile de rentrer en contact

avec les habitants, mais cela fait partie de mon travail sur le sentiment d'insécurité et l'insécurité objective, surtout dans l'espace public. Notre enjeu est de trouver des solutions pour vivre ensemble, pour occuper mieux l'espace public.

Nous collaborons activement avec le FLH, nous avons des réunions de travail au cours desquelles nous évaluons les problèmes et auxquels nous tentons de trouver des solutions. Nous organisons par exemple des actions communautaires, nous impliquons les habitants - c'est très important car cela permet de créer des liens entre eux.

Bravvo propose toute une série d'aides aux habitants : nous avons un espace pour la médiation sociale, où nous privilégions l'écoute et où nous servons de relais, un autre pour la médiation scolaire, ainsi que les centres de jeunes l'Horizon et Averroes ainsi que le centre communautaire Oasis. Nous offrons également une aide juridique, un service d'accrochage scolaire... et tous ces services sont gratuits.

Le travail que nous menons est de longue haleine mais cela en vaut la peine, j'ai déjà pu aider plusieurs jeunes à trouver un emploi, à se réinsérer dans la société, et cela me procure une grande satisfaction.

Interventions techniques

Pour votre plus parfaite information, voici la liste des interventions techniques que nos techniciens courageux et solidaires en permanence ont assuré pendant la période de confinement :

1. Les urgences assurées 24h/24 et 7j/7

- Incendies ;
- Fuite d'eau importante ;
- Inondation ;
- Evacuations bouchées : Colonne WC ;
- Egouts bouchés ;
- Chauffage en panne ($T^{\circ} < 5^{\circ}C$) ;
- Eau chaude ($T^{\circ} < 5^{\circ}C$) ;
- Electricité en panne : tout le bâtiment ;
- Odeur ou fuite de gaz ;
- Carreaux cassés : risque de chutes de verre ;
- Porte d'entrée d'immeuble ou de garage ;
- Porte de balcon prête à tomber ;
- Alarmes ;

2. Les interventions primordiales assurées pendant les heures de service (8h-16h30)

- Infiltrations et fuite si un seau de 5L se remplit en une journée ;
- Fenêtres qui restent en position ouverte ;
- Portes d'entrée d'appartement qui ne se ferment pas ;
- Débouchages colonnes (pas de débouchage privatif) ;
- Pas d'eau chaude dans tout l'appartement ;
- Pas de chauffage dans tout l'appartement ;
- Pas de courant dans tout l'appartement ou pas de courant dans toute la cuisine ;
- Pas de lumière dans tout l'appartement ;
- Risque d'incendie ou d'électrocution ;
- Les détecteurs incendie, s'il n'y a plus aucun détecteur fonctionnel dans l'appartement ;

Période de transition

A partir du 18 mai, le FLH recommencera les interventions non urgentes dans les logements MAIS :

1. Un courrier sera envoyé aux locataires pour confirmer leur demande faite avant le 19/03. **Pas de confirmation à temps = Intervention annulée !**
2. Un courrier sera envoyé à ceux qui ont fait une demande par écrit entre le 19/03 et le 18/05 pour confirmer que leur demande a été ou n'a pas été prise en compte.
3. Sauf en cas d'urgence, les délais seront plus longs que d'habitude. Un courrier sera envoyé avec la date d'intervention.
4. Les locataires doivent absolument être présents au rendez-vous. En cas d'empêchement, il faut téléphoner sinon **le déplacement sera facturé et la demande annulée.**
5. Pour tous les problèmes privatifs (toilette bouché, chasse qui fuit, robinet qui fuit,...), le FLH invite fortement les locataires à faire appel à une société privée. Ces interventions sont non prioritaires et payantes.

Quelques consignes de sécurité lors d'une intervention :

- Il sera demandé au locataire d'indiquer si une personne malade est présente dans le logement. Dans ce cas, l'intervention sera postposée de 15 jours, sauf en cas d'urgence impérieuse ;
- Il sera demandé au locataire, une fois l'accès donné, de se rendre dans une autre pièce ;
- Pas de signature des bons de travaux ;
- Le port du masque est obligatoire dans un logement occupé pour les ouvriers et souhaité pour les locataires ;

Rappel

Nous demandons à nos locataires d'être compréhensifs et patients auprès du personnel du FLH.

Une demande encodée n'est pas oubliée. Il ne sert à rien d'appeler plusieurs fois, cela alourdit le travail et peut créer des doublons.

Veuillez respecter l'équipe d'entretien et de nettoyage. Le nombre d'encombrants a

augmenté sur les sites. Les recypark sont ouverts :

Recypark Nord, rue du Rupel, 1000 Bruxelles
0800 98 181

Dans vos WC ou vos éviers, veuillez ne pas jeter d'objets de types lingettes, serviettes hygiéniques ou des graisses de cuissons.

Ne nourrissez pas les pigeons !

Nourrir les pigeons est néfaste pour eux ! Le vieux pain et les restes de repas sont des nourritures inadaptées qui attirent les rats.

Pourquoi une interdiction de nourrir les animaux ? Donner les restes de pain aux pigeons peut s'avérer néfaste pour eux :

- les populations augmentent : par exemple un couple de pigeons peut engendrer 16 petits sur une année, soit 108 individus en 2 ans !
- perturbation de l'équilibre écologique : en augmentation, ils chassent les autres espèces sauvages.
- la nourriture humaine n'est pas adaptée aux animaux : elle affaiblit les animaux et les rend plus sensibles aux maladies.
- dégradation des bâtiments : leur prolifération augmente leurs fientes qui abîment les façades et les systèmes d'aération.
- attirer les rats : le pain déposé en grande quantité n'a pas le temps d'être consommé et pourrit, ce qui attire les rats.

Rappel

Selon le règlement général de police, nourrir les pigeons est passible d'une sanction administrative allant jusqu'à 250 euros.

Plus d'informations sur :
www.bruxelles.be



Gel désinfectant maison

Le contexte inédit de « pandémie » a causé une pénurie de gel désinfectant pour les mains. Nous avons trouvé une recette intéressante à vous partager. Elle est rapide et facile à réaliser. Nous attirons votre attention sur l'importance de toujours continuer à bien se laver les mains au savon. Cette proposition de recette fait « sens » en ces temps difficiles de pandémie.

Ingrédients

Matériel nécessaire :

- Flacon (30 ml)
- Gel d'aloé vera
- Huile essentielle de tea tree (antibactérien)
- Huile essentielle de lavande (parfum + antibactérien)
- Huile végétale (huile de jojoba, huile de lin ou huile de cameline)

Suggestion

Pour un gel antibactérien au plus fort pouvoir désinfectant, vous pouvez ajouter de l'alcool à 70 ou 90°.

Préparation

Étapes à suivre :

- Verser dans un bol 30 ml d'aloé vera
- Ajouter 5 ml d'huile végétale
- Ajouter 10 gouttes d'huile essentielle de tea tree
- Ajouter 10 gouttes d'huile essentielle de lavande
- Mélanger

Et voilà, vous avez un gel désinfectant bio pour les mains fait maison !

source : sequoia.bio



Masque en tissu

Aujourd'hui se couvrir le visage permet de ralentir la propagation de la maladie. Voici quelques recommandations.

De nombreux tutoriels en ligne vous permettent de fabriquer votre propre masque maison. Le SPF santé recommande d'utiliser différentes couches de tissu. Du tissu épais, de type essuie de cuisine sont préférable que le synthétique.

Les masques en tissus ont l'avantage d'être ré-utilisables. Oui, mais il faut les stériliser après chaque utilisation.

Soyez prudent lors de l'utilisation de votre masque :

- Avant de toucher votre masque, lavez-vous les mains à l'eau et au savon
- Pour enlever le masque, utilisez les rubans afin de ne pas toucher votre visage.
- Stérilisez le masque en tissu au moins une fois par jour en le lavant à 60 °C.
- Portez le masque seulement si nécessaire, autrement dit en présence d'autres personnes.



Rappel

- **Le masque doit couvrir le nez et la bouche**
- **Lavez vous les mains avant de vous toucher le visage.**
- **Le masque n'est pas une protection suffisante que si il se porte pas dans le cadre du respect des distances de sécurité et des mesures d'hygiène.**

Info

La Ville de Bruxelles distribue à ses habitants des masques.

Plus d'info sur :

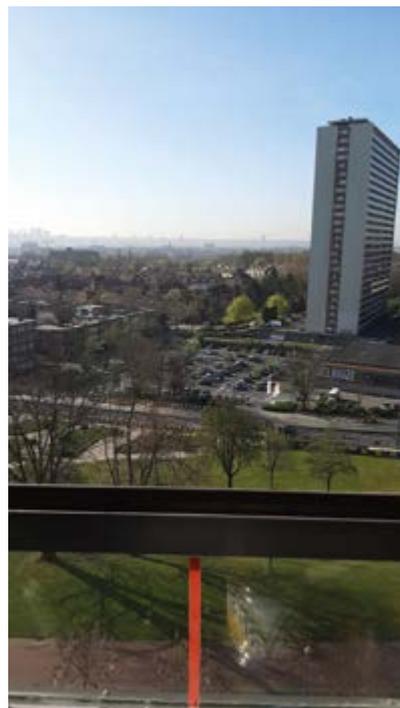
www.bruxelles.be/masques

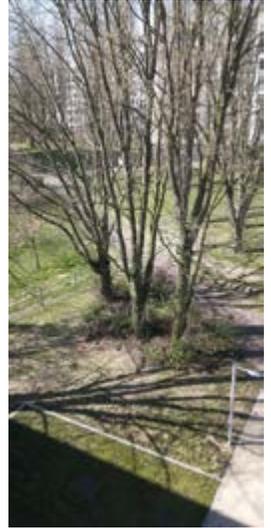
www.info-coronavirus.be

Vue depuis sa fenêtre

Nous proposons de lancer un nouveau projet « Vue depuis sa fenêtre ». L'idée est née suite à une demande d'un étudiant en Architecture de Paysage. Celui-ci souhaite récolter des photographies de vues réalisées depuis une fenêtre. Le concept nous a semblé intéressant et c'est ainsi que nous avons imaginé étendre à l'ensemble des locataires du Foyer Laekenois afin de mettre en lumière leur environnement.

Si vous êtes intéressés à participer à ce projet, nous vous invitons à envoyer une photographie de la vue de votre fenêtre à l'adresse de l'asbl Cité Modèle : info@cmw.brussels, ou contactez l'action collective au : 02 4771998. Les photos seront ensuite exposées sur le site internet du Foyer Laekenois, il est déjà possible d'y découvrir les photos des autres participants.





Nouveau site internet du Foyer Laekenois

Le FLH s'est doté récemment d'un nouveau site internet. Venez découvrir les informations sur le Foyer, sa structure et ses différents partenaires. Vous y trouverez aussi de nombreux liens pouvant répondre à vos besoins.

Retrouvez, par exemple, les horaires des permanences et tous les numéros de nos différents services. Vous pouvez désormais télécharger votre farde de bienvenue, ou encore les précédents numéros de votre magazine Toc-Tok !

www.foyerlaekenois.be

