

Gros plan sur...

Le Relais pour la Vie à Verviers

Vingt-quatre heures au profit de la lutte contre le cancer, un beau défi que se voit à nouveau proposer notre région. Pourrez-vous le relever ?

En 1985, le Dr. Gordy Klatt organise le premier "Relay for Life" à Tacoma (États-Unis). 24 heures durant lesquelles il effectue des tours de piste pour collecter de l'argent au profit de l'American Cancer Society.

25 ans plus tard, des Relais pour la Vie ont lieu dans plus de 20 pays en dehors des États-Unis (France, Pays-Bas, Irlande, Luxembourg, Afrique du Sud, Nouvelle-Zélande...). Des millions de bénévoles à travers le monde s'impliquent ainsi dans la lutte contre le cancer.

Cinq relais ont eu lieu en Belgique en 2012 : Braine-l'Alleud, Bruxelles, St-Trond, Marche-en-Famenne et... Verviers ! Et, fort de l'expérience de l'an dernier, l'équipe organisatrice remet le couvert.

Le Relais pour la Vie est un événement festif axé autour de la solidarité et de la collecte de fonds en faveur de la lutte contre le cancer. Pendant 24 heures, les acteurs communautaires d'une ville ou d'une localité,

des plus petits aux plus grands, se mobilisent pour mettre à l'honneur des personnes qui ont vaincu, ou se battent encore contre le cancer, pour rendre hommage aux personnes emportées par la maladie et pour lutter ensemble contre le cancer.

Un Relais pour la Vie n'est pas une compétition sportive, mais bien l'occasion de rassembler et de mobiliser la vie associative d'une ville ou d'une localité.

Comment ça se passe ?

Des équipes parrainées ou sponsorisées se relaient pendant 24 heures. En courant ou en marchant, chacun à son rythme. Au moins une personne de l'équipe doit être présente sur le parcours à tout moment. Les 24 heures symbolisent en effet le combat de chaque instant mené par les patients et leurs proches contre la maladie.

Un Relais pour la Vie n'est pas une compétition sportive, mais bien l'occasion de rassembler et de mobiliser la vie associative d'une ville ou d'une localité. Le Comité organisateur se compose d'ailleurs exclusivement de bénévoles locaux. La Fondation contre le Cancer est l'initiateur du projet, mais c'est au Comité organisateur d'assurer la promotion de l'événement, la recherche de sponsors et d'équipes ainsi que l'organisation d'animations avant et pendant le Relais pour la Vie.

Moments clés

Samedi 1^{er} juin à 15h :

Cérémonie d'ouverture

Les Battants sont les personnes qui ont vaincu le cancer, ou sont encore en cours de traitement. L'événement les met à l'honneur et célèbre leur courage. Ils effectuent le premier tour du Relais pour la Vie.

Les Accompagnants sont les personnes qui ont aidé ou soutenu des personnes atteintes par le cancer dans leur lutte contre la maladie. Les Accompagnants rejoignent les



Battants pour le deuxième tour de piste. Ce moment chargé d'émotion marque le coup d'envoi du Relais pour la Vie. C'est à la fois une célébration des combats gagnés contre la maladie, un geste d'espoir envoyé aux personnes atteintes par un cancer ainsi qu'à leur famille, et une manière de remercier toutes les personnes qui les ont soutenues.

mière est le signe d'un espoir, d'une fierté, d'un souvenir, d'un merci...

Dimanche 2 juin à 15h : Cérémonie de clôture

Notez déjà ces dates dans votre agenda !

Vous souhaitez rejoindre l'équipe organisatrice (ils ont besoin de tous les coups de main disponibles), participer activement à cet événement, former une équipe, acheter des bougies ou poser toute autre question ?

A. Delvenne - Présidente du Relais pour la Vie Verviers : 087/31.03.15 ou presidence.rpvv@gmail.com
A. Schoonbroodt - Fondation contre le Cancer : 04/222.08.56 ou aschoonbroodt@cancer.be
<http://www.relaispourlavie.be>



Votre MC participe !

Tout comme l'an dernier, la Mutualité chrétienne de Verviers-Eupen sera partenaire de l'événement. Nous espérons bien mobiliser nos membres et inscrire un nombre d'équipes supérieur à celui de 2012. Le Relais pour la Vie est un magnifique élan de solidarité et on ne le répètera jamais assez : la solidarité, c'est bon pour la santé !

> S'inscrire comme marcheur :

Vous êtes seul et souhaitez participer ? Rejoignez une de nos équipes MC. Vous avez déjà réussi à rassembler du monde et souhaitez constituer une équipe ? C'est possible aussi.

> Envie de donner du temps comme volontaire ?

Des stands de restauration, d'animation et d'accueil ont besoin de votre aide. Que vous participez en marchant ou plusieurs tours de stade, que vous donniez un coup de main pour servir ou que vous combiniez marche et volontariat, nous avons besoin de vous ! Nos mouvements Altéo, Enéo, Jeunesse et Santé participent activement à cette action et l'ensemble de la Mutualité chrétienne de Verviers-Eupen se mobilise contre le Cancer... et vous ?

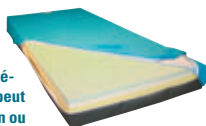
Contact : Service Infor Santé au 087/30.51.97

BANDAGISTERIE - MATÉRIEL D'AIDE & DE SOINS

Matelas Viscomedic

On estime qu'en Belgique, le problème des escarres touche entre 10 et 11% des patients soignés en milieu hospitalier.

A domicile aussi, le risque d'apparition d'une escarre est présent chez les personnes qui restent souvent dans la même position. Dans la majorité des cas, une prévention adéquate, mise en place à temps, peut diminuer efficacement le risque d'apparition ou d'aggravation des escarres.



Les magasins Solival vous proposent le matelas Viscomedic : un matelas de soin réducteur de pression à portance maximale. Il s'adapte à la morphologie du patient et prévient les risques d'escarres. Il est composé d'une double couche d'accueil en viscomedic souple qui épouse les formes du patient et d'une base Bimedica haute densité qui porte le patient.

//20% DE REMISE//

Caractéristiques :

- > Prévu pour un usage intensif
- > Housse imperméable pro-élastique avec fermoir et rabat sur les 4 côtés.
- > Dimensions : 195 x 85 cm

Prix de vente habituel : 350 euros - remise de 20% accordée aux membres MC de la Province de Liège. Frais de port : 7 euros.

Plus d'infos et achat auprès des magasins Solival :

- > Route du Condroz 475 à 4031 Angleur - 04/367.15.15.
- > Kirchstraße 39B à 4700 Eupen - 087/88.17.15.

www.solival.net



Offre valable jusqu'au 17 avril 2013.

Énéo

Journée sportive à Worriken

Vous êtes prêts à chausser votre paire de basket ? Envie de changer d'air et de découvrir de nouveaux sports ? Alors, à l'approche des beaux jours et dans une ambiance conviviale, venez passer un bon moment dynamique avec nous. Nous vous attendons nombreux, ne tardez pas à vous inscrire !

Programme de la journée du 24 mai

9h : Accueil et café

Matin :

9h30 à 10h : Echauffement pour tous

Au choix

10h15 à 12h30 : Grande marche 10 à 12 km ou initiation à la marche nordique

Ou

10h15 à 11h15 : Omnikin six (manipulation d'un grand ballon, passé, roulé, lancé et jeu d'équipe)

Viactive ballon

Danses Folks

Tennis de table

11h30 à 12h30 : Omnikin six Taïchi (libéralisation des tentions nerveuses et morales tout en douceur)

Yoga

Tennis de table

12h45 à 13h45 : Repas – assiette froide avec du pain + eau et limonade

Après-midi :

14h à 15h15 : Mollky (quilles finlandaises – activité ludique)

Indiaka (grand volant à longues plumes que l'on frappe avec la paume de la main)

Viactive traditionnelle

Net-Volley

Qi-Gong (détente et équilibre, gymnastique douce et très lente)

Pétanque

Tir à l'arc

Abdo-fessiers sur musique

15h30 à 16h30 : Zumba Gold pour tous

16h30 à 17h : Goûter – café avec un morceau de tarte

Prix : 22 EUR pour les membres MC, 27 EUR pour les non membres (un bulletin de versement vous sera envoyé). Ce prix comprend : la participation à la journée et aux différentes activités, l'encadrement, le café d'accueil, le repas de midi et le goûter.

Ce prix ne comprend pas : le car (+10 EUR par personne), le moniteur pour l'activité Omnikin six (+ 5 EUR par personne)

Lieu : Zentrum Worriken – Worriken 9 à 4750 Bütgenbach

Lieux d'embarquement :

Verviers (parking friterie de la gare) : 7h45

Battice (place de Battice) : 8h
Welkenraedt (place de Welkenraedt) : 8h15

Inscription : Au plus tard pour le 3 mai en complétant le talon d'inscription ci-joint.

Tout désistement fera l'objet d'une retenue de 5 EUR pour frais administratifs. Un courrier de confirmation avec les derniers renseignements vous sera envoyé quelques jours avant cette journée.

TALON RÉPONSE

BULLETIN D'INSCRIPTION À RETOURNER À ÉNÉO, RUE LAOUREUX 25-29 À 4800 VERVIERS

Nom / Prénom :

Adresse :

CP et localité :

Téléphone :

Je prends ma voiture

Je prends le car à : Verviers (7h45) Battice (8h00) Welkenraedt (8h15)

Il se peut que les activités de votre premier choix ne puissent être rencontrées (complet, mauvais temps, etc...). Afin de vous satisfaire au mieux, veuillez cocher un 2^{ème} choix.

Premier choix

Matinée

10h15 à 12h30

Grande marche

Initiation à la marche nordique

Ou

10h15 à 11h15

Omnikin Six

Viactive ballon

Danse Folk

Tennis de table

11h30 à 12h30

Omnikin Six

Taïchi

Yoga

Tennis de table

Après-midi

14h00 à 15h15

Mollky

Indiaka

Viactive traditionnelle

Net-Volley

Qi-Gong

Pétanque

Tir à l'arc

Abdo-fessier sur musique

A nous retourner au plus tard pour le 3 mai

Deuxième choix

Matinée

10h15 à 12h30

Grande marche

Initiation à la marche nordique

Ou

10h15 à 11h15

Omnikin Six

Viactive ballon

Danse Folk

Tennis de table

11h30 à 12h30

Omnikin Six

Taïchi

Yoga

Tennis de table

Après-midi

14h00 à 15h15

Mollky

Indiaka

Viactive traditionnelle

Net-Volley

Qi-Gong

Pétanque

Tir à l'arc

Abdo-fessier sur musique

MOUVEMENTS

Cyclo-balade

///

Le groupe "ACTIF+50" de Welkenraedt vous signale que l'activité "Cyclo-balade" reprendra le **mardi 26 mars**. Rythme et distance adaptés. Départ: 14h parking du Centre Culturel.

Responsable : Monnard Guillaume 087/88.03.97.



ÉnéoSport Plateau

///

Programme des activités du mois d'avril

> **JEUDI 11 AVRIL :** Conférence : "La maladie de Parkinson"
Infos : Jacques Goorissen (087/67.80.49 - 0495/21.92.95)

> **JEUDI 11 AVRIL :** Visite du "Comptoir du Lait" à Herve.
Renseignements et inscriptions : Jean Ernst (087/66.06.64 ou 0478/97.83.38)

> **SAMEDI 13 AVRIL :** Balade vélo dans la région d'Eupen.
Renseignements : Elise Hupperts (0476/59.25.02) ou Dany Demeuse (0495/70.42.18)

> **SAMEDI 20 AVRIL :** Marches classique et nordique à Botrange.
Renseignements chez Albert Charlier (04/376.66.94)

> **VENDREDI 26 AVRIL :** Exposition à Verviers : thème : "Laine et Art". Visite guidée et rencontre avec des gens de métier.
Renseignements et inscriptions : Myriam Beckers (087/22.29.31)

> **VENDREDI 26 au SAMEDI 27 AVRIL :** marche de nuit avec départ à l'hôtel des Hautes Fagnes.
Contact : Dany Demeuse (0495/70.42.18)

> **MARDI 30 AVRIL :** Conférence - spectacle à l'Espace de l'Hôtel de Ville de Herve: Paul-Henri Thomsin et ses "Liégeoiseries".
Réservations : Point Culture Place de l'hôtel de ville, 18 4650 Herve (087/66.09.07)

Conférence : La maladie de Parkinson

///

Par le Docteur G. Moonen, ancien Doyen de la faculté de médecine de Liège et professeur émérite de l'ULG.

Grâce à des vidéos on vous décrira les possibilités thérapeutiques actuelles et les espoirs que laissent entrevoir les progrès de la science.

Date : Le **jeudi 11 avril** à 20h

Lieu : Espace de l'hôtel de ville de Herve

Prix : 3 EUR

Renseignements : Anne-Marie Schyns 087/44.68.87 de Sports Seniors Plateau

MUTUALITÉ

Congés de Pâques

///

Pendant les vacances de Pâques, les horaires de certains points de contact seront adaptés :

> toutes les agences sont fermées l'après-midi du vendredi 29 mars, ainsi que le lundi de Pâques.

> les agences de Stavelot et de l'Harmonie seront fermées du mardi 2 au vendredi 5 avril.

> l'agence de Dison ne sera pas accessible le vendredi 5 avril.

> votre agence de Verviers Laoureux sera fermée pendant le temps de midi du vendredi 5 avril.

Pour connaître le détail de ces modifications ou les horaires habituels de votre agence, nous vous invitons à vous rendre sur notre site www.mc.be à la rubrique points de contact.

De plus, la boîte aux lettres de Battice change de place... mais ne s'en va pas loin ! Nous quittons le n°11 pour nous installer deux pas plus loin : Place du marché n°4. Le service ne change pas, l'emplacement seulement. Cette boîte sera relevée quotidiennement aux environs de 18h pour un traitement dans les plus brefs délais de votre correspondance avec nos services.

Soins transfrontaliers

La Carte Santé eIZOM est officiellement lancée !

Active depuis le 1^{er} janvier (voir En Marche du 20 décembre 2012), la Carte Santé eIZOM n'attendait plus que la signature de la convention liant l'AOK et la MC pour être officiellement lancée.

C'est devant un parterre d'invités de choix que s'est déroulée la cérémonie officielle de lancement de la Carte Santé eIZOM le vendredi 8 mars dans les locaux de la BRF à Eupen. Cette carte est le fruit de plus de 2 ans de travail entre la MC et l'AOK Rheinland/Hamburg, son partenaire de longue date.

Le Parlement européen a créé un cadre légal : la Directive européenne relative aux droits des patients en matière de soins de santé transfrontaliers, et les deux partenaires ont, dans ce

sens, imaginé une solution innovante pour répondre aux besoins de leurs membres : la Carte Santé eIZOM.

Cette carte unique, gratuite et nominative, permettra aux membres de la Mutualité chrétienne en Province de Liège de bénéficier de soins de santé dans la région d'Aix-la-Chapelle, sans démarche administrative ou demande d'autorisation préalable auprès de leur organisme assureur. L'initiative a été saluée par tous, et notamment par Martin Schultz, Président du Parlement européen et Mathieu

Grosch, député européen. Ils ont mis en avant combien des projets pilotes de ce type font avancer la construction européenne au bénéfice des citoyens et les soins de santé transfrontaliers en particulier.

Pour plus d'informations ou demander gratuitement la Carte Santé eIZOM, adressez-vous au Guichet frontalier de La Calamine : 087/32.43.34 ou grenzgaenger@mc.be, ou allez faire un tour sur www.grenzgaengerinfos.org

Mutualité chrétienne de Verviers et d'Eupen

Rue Laoureux, 25-29 - 4800 Verviers

Editrice responsable :

Valérie Notelaers, Directrice régionale

Coordination : Laurence Lecog

Tél. : 087/30 51 11 - Fax : 087/30 51 10

verviers@mc.be

Une erreur dans votre adresse postale? Signalez-le via www.mc.be/journal ou auprès du 0800 10 9 8 7