

CONFÉRENCE-DÉBAT

La maladie cœliaque ou intolérance au gluten

///
Témoignages sur le thème de la maladie cœliaque ou intolérance au gluten, par le Dr Sophie Pierard (médecin-patient) et le Dr Antoine Nakad. La cœliaquie est une maladie souvent négligée, sous-traitée. Il s'agit d'une intolérance au gluten qui concerne, en Belgique, entre 3 et 10 personnes sur 1000. Souvent considérée comme une maladie d'enfant, elle peut cependant se déclarer à l'âge adulte.

Quels sont les symptômes ? Comment la diagnostiquer ? Quelles sont les nouveautés dans sa prise en charge ? Des témoignages, un stand d'information, des conseils diététiques...
Invitation cordiale à tous ! Entrée gratuite.

Quand ? Le mardi 16 avril à 20h.
Où ? Salle le Foyer, 53 rue du béguinage à 7850 Enghien
Dégustation : A partir de 19h30, dégustation gratuite de produits sans gluten
Renseignements : Guy Delobel au 069 25 62 64 ou guy.delobel@mc.be

Séances d'information à l'attention des futurs parents

///
Parce que devenir parents n'est pas un jeu d'enfant, le service de Maternité du Centre hospitalier de Wallonie picarde lance des séances d'information à l'attention des futurs papas et mamans. À travers des exposés et des stands interactifs, ces derniers pourront trouver une réponse à leurs questions, et ainsi moins appréhender la grossesse, l'accouchement et l'arrivée d'un bébé.

Quand ? La prochaine séance se déroulera le samedi 25 mai, de 10 à 12h.
Où ? : Chwapi site Notre-Dame - Salle de l'Echandoir - 9, avenue Delmée - 7500 Tournai.
Infos & inscriptions: 069 33 10 60 ou service.communication@chwapi.be. Entrée gratuite.

Après un divorce ou une séparation, prendre le temps...

///
Le service d'accompagnement des personnes divorcées (Pastorale des Familles) invite à une journée de réflexion et de partage, les hommes et les femmes qui, seuls après la séparation du couple, sont en recherche, en besoin d'aide pour traverser l'épreuve, apprivoiser la solitude, pour (re)vivre !

Exposé par Florence Noël, conseillère conjugale : "Prendre du temps pour panser ses blessures, prendre du temps pour penser son futur."

Quand ? Le samedi 27 avril de 9h à 17h
Où ? 36, rue Pintamont à 7800 Ath
Prix ? 10 euros
Renseignements : inscription obligatoire avant le 24 avril au 069 77 36 06 ou au 0478 44 95 77 ou par mail : journees.sedi@gmail.com

ÇA SE PASSE

Scrapbooking dans la région de Mouscron

///
Découvrez le plaisir de mettre vos photos en valeur avec le scrapbooking. En fonction de vos envies, de vos émotions du moment, vous réaliserez de superbes créations sous forme de pages de scrap.

>> A Mouscron
Quand ? Le 4^{ème} lundi du mois de 9h à 17h.
Où ? anciens locaux de la Mutualité chrétienne (Rue Saint Joseph 8)

>> A Dottignies
Quand ? Le 3^{ème} jeudi du mois à 14h.
Où ? Mutualité chrétienne (rue Julien Mullie 38)

Information auprès de Nicole Vallée au 069 35 27 96

Mutualité chrétienne Hainaut Picardie
Rue Saint-Brice 44, 7500 Tournai
Éditeur responsable : Virginie De Clercq
Fax : 069 21 25 65
E-mail : hai@mc.be

Tél. 069 25 62 11

Transport des malades : 078 05 50 05

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

Besoin de soins infirmiers ?

Vous venez de quitter l'hôpital et vous avez besoin de soins ? Votre médecin vous a prescrit une injection, un pansement ? Vous ne pouvez plus faire votre toilette seul(e) ? Les services Aide & Soins à Domicile proposent des services spécialisés pour soigner, chaque jour de l'année, les patients à domicile.

Quand la maladie, l'âge ou la perte d'autonomie se fait sentir, mais aussi pour les familles actives et débordées, les Aides & Soins à Domicile fournissent un ensemble de solutions : aide familiale, aide ménagère, garde à domicile, garde d'enfants malades mais également des soins infirmiers.

En Hainaut Picardie, les services de soins infirmiers de Aide & Soins à Domicile, plus connus sous le nom de Croix Jaune et Blanche, comptent plus de 230 travailleurs qualifiés prodiguant des soins à domicile. Ceux-ci dispensent des soins les plus simples aux plus techniques : toilettes, injections, pansements, sondages, perfusions, soins palliatifs... Les infirmier(e)s soignent selon la prescription du médecin et travaillent en étroite collaboration avec tous les intervenants de manière à assurer une prise en charge globale du patient et de son entourage.

Les soins infirmiers sont assurés chaque jour de l'année, week-ends et jours fériés compris, plusieurs fois par jour si nécessaire. Lors du 1er contact, le service conviendra avec vous du moment de la journée où vous recevrez les soins. Un(e) infirmier(e) titulaire sera responsable de vos soins et bénéficiera le plus souvent de relais pour assurer leur continuité. Dans ce cas, l'infirmier(e) titulaire communique tous les renseignements nécessaires à ses collègues qui le remplacent auprès de vous.

Les infirmier(e)s de Aide & Soins à Domicile enrichissent continuellement leurs compétences et connaissances en matière de diabète, de plaie, de manutention, de soins palliatifs... Ils sont formés aux actes techniques et à l'accompagnement psychologique des patients. C'est donc une équipe de professionnels qui veille à la qualité des soins par leur travail quotidien et un souci de formation continue. Les infirmier(e)s utilisent en outre l'équipement le plus



Vivre chez soi ensemble après 62 ans de mariage

Mme S.C., âgée de 84 ans, est soignée par le service infirmier de Aide & Soins à Domicile depuis 1993. A l'époque, ce dernier s'intitulait "Croix Jaune et Blanche". Mme S.C. vit avec son mari, depuis peu en résidence-services. Ils ont 2 enfants, 4 petits-enfants et 3 arrière-petits-enfants. Ils ont choisi l'ASD suite aux échos positifs d'une connaissance qui y avait fait appel.

Que vous apporte le service ?
Notre infirmière passe à raison de trois fois par jour pour des soins d'hygiène et une injection. Dès que nous rencontrons une difficulté, une réponse adaptée et rapide nous est donnée. L'infirmière n'hésite en outre pas à prendre contact avec notre médecin traitant en cas de nécessité.

Quelle relation entretenez-vous avec le service ?
Nous trouvons toute l'équipe gentille et dévouée. La communication avec l'infirmière passe très bien ; elle nous prévient lorsqu'elle est en retard. Nous entretenons également de bons contacts avec son infirmière en chef.

En dehors des soins infirmiers, que vous apporte le service ?
Des facilités comme la livraison de protections nous sont apportées. Lorsque l'état de mon épouse s'est dégradé, une aide et des informations nous ont été données quant à la location d'un lit médical et d'un lève-personne. Grâce à ce service, nous pouvons continuer, après 62 ans de mariage, à vivre ensemble chez nous sans envisager un placement.

performant et pratiquent une hygiène stricte via l'utilisation de matériel stérile.

Les infirmier(e)s de Aide & Soins à Domicile sont conventionnés et respectent par conséquent les tarifs de l'Institut national de l'assurance maladie invalidité (Inami). Ceux-ci va-

rient selon la nature des soins, leur fréquence, l'état de santé du patient.

Grâce à votre cotisation à la Mutualité chrétienne (MC), la part à votre charge (ticket modérateur) est le plus souvent directement payée par la MC et ce, jusqu'à ce que vous ayez accumulé un certain montant de dépenses de santé (compteur "Maximum à facturer"). Une fois le plafond "Maximum à facturer" atteint, si vous ne bénéficiez pas de l'intervention majorée (BIM, anciennement VIPO), vous devrez payer vos tickets modérateurs à l'ASD. Ceux-ci seront ensuite, selon votre situation, directement remboursés par la Mutualité.

Témoignage d'une infirmière en soins palliatifs de Aide & Soins à Domicile

Chacun sait qu'être infirmière en soins palliatifs à domicile, c'est donner, se donner et s'investir ; c'est se battre sans se laisser abattre ; c'est vouloir ce que le patient veut. Ce n'est pas toujours facile mais c'est pourtant moins terrible que vous ne le pensez. En effet, en tant qu'infirmière en soins palliatifs à domicile, je reçois bien plus que vous ne l'imaginez.

Etre infirmière en soins palliatifs à domicile, c'est découvrir le plaisir de faire son pain soi-même, de réussir une recette de cuisine, de partager les joies d'un album photos... C'est aussi recevoir le cadeau d'un merci pour une bataille gagnée, une douleur soulagée, une souffrance apaisée. C'est garder le souvenir ému d'une caresse sur un visage et d'une joue tendue pour un simple baiser. C'est partager avec humilité un éclat de rire ou une crise de larmes. C'est prendre le temps de s'asseoir et d'écouter l'histoire d'une maladie victorieuse de toute science. C'est aussi avoir la chance de pouvoir voir tomber tous ses préjugés, toutes ses barrières, toutes ses peurs, ou presque, pour être là, en toute modestie, jusqu'au dernier souffle de celui qui est devenu un "proche" juste avant de mourir et qui aura cessé de l'être une fois décédé.

Etre infirmière en soins palliatifs à domicile, finalement, c'est une autre façon d'approcher le patient, d'aborder les choses, une autre philosophie de la profession où l'amour et l'espoir sont omniprésents.

Pour plus d'informations sur ces services infirmiers, vous pouvez surfer sur www.mc.be/domicile ou contacter Aide & Soins à Domicile :
- Région de Mouscron-Comines : 056 85 92 92
- Région de Tournai : 069 25 30 00
- Région de Ath-Lessines-Enghien : 068 28 79 79
- Région de Mons-Borinage : 065 40 31 31
En dehors des heures de bureaux, une permanence téléphonique est assurée 24h/24, week-ends et jours fériés compris.

Enéo

Semaine numérique pour les aînés

Dans le cadre de la semaine numérique, Enéo propose une série d'activités autour du thème "Le numérique dans nos vies"

Conférence - débat "Quelle place a internet dans nos familles ?"

Les nouvelles technologies provoquent des changements dans la sphère familiale. Lesquels ? Comment les repérer ? Comment en discuter ? Quelle place pour les grands-parents ? En collaboration avec Média Animation, asbl.

Quand ? Le **mercredi 24 avril** 19h.
Prix ? Gratuit.

Où ? Mutualité chrétienne Tournai, 44 rue Saint-Brice (salle 2).

Conférence - débat "Les réseaux sociaux, leurs dangers et les arnaques au net"

Olivier Bogaert de la Crime Unit vous informera sur les dangers liés au réseaux sociaux et aux arnaques sur le net (le Phishing). Facebook, Twitter, LinkedIn, Viadeo..., la liste ne cesse de s'allonger. Les générations actuelles tendent à devenir des générations virtuelles mais cette évolution est-elle sans risque ? "Les réseaux sociaux et leurs dangers" est une conférence qui fait le point sur le monde virtuel et ses dérives. Olivier Bogaert est commissaire à la Fédéral Computer Crime Unit, le service de police spécialisé dans l'analyse de systèmes informatiques et de télécommunication.

Quand ? Le **vendredi 26 avril** à 18h30.

Prix ? Gratuit.

Où ? Mutualité chrétienne de Mons, 3 rue des Canonnières (salle au 5^{ème} étage).

Conférence-débat - "Webetic ou nos enfants sur le net en toute sécurité"

Internet, espace de liberté, permet de communiquer sans aucune frontière... Mais attention aux dangers pour nos jeunes enfants et adolescents. Une conférence sur les risques encourus, une présentation éducative, une sensibilisation pour les grands-parents.

Quand ? Le **lundi 22 avril** à 14h.

Où ? Mutualité chrétienne Mouscron, 8 rue Saint-Joseph (salle 3).



Animation Internet partout, internet pour tout..., où c'est possible ?

ADSL, wifi, connexion partagée ou non, réseau 3G ou 4G, nous sommes dans l'ère Internet.

Vous vous y connaissez un peu, moyennement mais avez une seule certitude : l'envie d'y voir plus clair ! Cette conférence dispensée par des animateurs d'ateliers informatique vous y aidera. Au programme : les différentes possibilités de se connecter à Internet, une idée des coûts, comment se connecter à l'étranger en tant que consommateur averti, comment tester ma vitesse de connexion...

Quand et où ?

- Le **jeudi 25 avril** à 14h15 Mutualité chrétienne Mons, 3 rue des Canonnières (salle 4).

- Le **lundi 29 avril** à 10h Mutualité chrétienne Mouscron, 8 rue Saint-Joseph (salle 3).

- Le **mardi 30 avril** à 10h Hall des sports à Frasnes, place de l'Hôtel de ville (salle Magritte).

- Le **vendredi 3 mai** à 14h15 à la Mutualité chrétienne de Tournai, 44 rue Saint-Brice (salle 2).

Animation - Les tablettes, effet de mode ?

En 2012, une étude estimait que 800.000 tablettes seraient vendues. On les voit partout mais... Que peut-on faire avec une tablette ? Quelles sont ses applications ? Sont-elles plus faciles d'utilisation qu'un ordinateur ? Que penser des promotions qui offrent des tablettes ? Combien cela coûte ? Est-ce un effet de mode ou les tablettes risquent-elles de s'inventer de plus en plus dans nos vies ?

Quand et où ?

- Le **mardi 23 avril** à 10h Mutualité chrétienne Tournai, 44 rue Saint-Brice (salle 2).

- Le **mardi 23 avril** à 14h15 Mutualité chrétienne de Mons, 3 rue des Canonnières (salle 4).

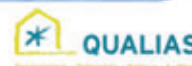
- Le **mercredi 24 avril** à 14h Mutualité chrétienne Mouscron, 8 rue Saint-Joseph (salle 2).

Nous proposons aussi des animations "Facebook ange ou démon", "Utiliser sa carte d'identité électronique", "Formation d'utilisation au GSM..."

Un programme complet de toutes les activités est disponible au secrétariat énéo via le 069 25 62 62 ou par mail eneo.tournai@mc.be

OPTIMUM 3

3 ans de garantie omnium pour vos lunettes



Les centres optiques Qualias sont déjà bien connus : un service de qualité dispensé par des professionnels. Que ce soit pour des examens de la vue, des adaptations de lentilles, des réparations ou un simple conseil, leurs équipes sont à votre service. Aujourd'hui, les centres optiques Qualias, sûrs de la qualité de leurs produits, ont décidé d'aller un pas plus loin et de lancer la garantie Optimum 3 : 3 ans de garantie Omnium pour vos nouvelles montures.

La garantie Optimum 3 couvre l'entièreté de vos nouvelles lunettes, à savoir :

- Tous les verres tant unifocaux que multifocaux.
- Tous les types de montures.

>> Garantie contre la casse

Votre monture et/ou vos verres sont cassés ? Nous renouvelons l'équipement abîmé avec une franchise de seulement 20% du prix de vente conseillé du nouvel équipement.

>> Garantie contre la perte ou le vol

Vos lunettes sont perdues ou volées ? Nous vous fournissons de nouvelles lunettes identiques ou équivalentes avec une franchise de 40% du prix de vente conseillé du nouvel équipement.

>> Et ce...durant 3 ans !

Extension de garantie à contracter uniquement à l'achat de vos nouvelles lunettes (montures + verres).

>> Les prix avantageux de la garantie Optimum 3

10€
pour 3 ans pour une monture avec verres unifocaux.

25€
pour 3 ans pour une monture avec verres multifocaux.

LES CONDITIONS

- Franchise de 20% en cas de casse ou de griffes
- Franchise de 40% en cas de perte ou de vol
- Durée maximale de 3 ans à partir de la date d'achat
- Jusqu'à deux prises en charge (remplacement/réparation) durant la période de 3 ans
- Toute intervention sera effectuée à l'identique de la monture et/ou verres (type et puissance) commandés initialement
- La garantie n'inclut aucune couverture de dommage collatéral ou de tout autre type de préjudice (par exemple : dommage corporel à cause de la casse d'un verre)

Nos magasins :

Ath - Rue Haute 25 - 068 55 33 08
Comines - Rue de Wervicq 13 - 056 85 32 30
Mons - Rue des canonnières 1 - 065 34 24 45
Mouscron - Rue du Bas Voisinage 77 - 056 56 12 65
Tournai - Rue Saint Brice 56 - 069 68 64 94

Les membres de la Mutualité chrétienne bénéficient dans nos magasins Qualias d'une réduction de :

- 40% sur les montures et les verres pour les jeunes de moins de 18 ans
- 20% sur les montures et les verres pour les plus de 18 ans

Info Mutualité

Notre agence de Comines encore plus accessible

Suite aux récentes modifications apportées à nos points de contacts,

nous avons le plaisir de vous annoncer qu'à partir du 17 avril, vos conseillers mutualistes de Comines vous accueilleront désormais également le mercredi matin de 9h à 12h30. Le service social ajoute également une permanence supplémentaire le mercredi de 15h à 17h, à partir du 17 avril également. Notre secrétariat de **Comines** se situe **14, rue de Wervicq**.

- Notre permanence-conseil est ouverte :

le **lundi** de 9h à 12h30

et de 14h à 17h

le **mardi** de 9h à 12h30

le **mercredi** de 9h à 12h30

(à partir du 17 avril) et de 14h à 17h

le **jeudi** de 9h à 12h30

et de 14h à 18h

le **vendredi** de 9h à 12h30

Tél. 056 55 60 85

- Notre service social et pension vous accueille

le **lundi** de 9h à 12h30

le **mercredi** de 15h à 17h (à partir du 17 avril)

le **vendredi** de 9h à 12h30

Tél. 0470 95 05 42