

INFO MUTUALITÉ

//Pour rappel//

Fermetures exceptionnelles

Les agences de Berchem, Mutsaert, Evere, Meiser, Georges Henri et Saint-Gilles seront exceptionnellement fermées les **mercredis 15 et le 22 mai**. Vous pouvez vous rendre dans les autres agences proches, à Jette, à Bockstael, à Colignon, à Stockel et à Malibrant. N'hésitez pas à vous renseigner sur www.mc.be ou en appelant gratuitement le 0800 10 9 8 7.

De plus, toutes les agences de la Mutualité Saint-Michel seront fermées le lundi de Pentecôte, le **20 mai**.

>> Service Pension

Notez aussi que le service Pension sera exceptionnellement fermé :

- > le **lundi 13 mai** à Uccle
- > le **jeudi 16 mai** à Saint-Guidon
- > le **vendredi 17 mai** à La Chasse
- > le **mardi 28 mai** à Anspach
- > le **jeudi 30 mai** à Saint-Guidon

ALTÉO

Moi, je construis des marionnettes...



Lors d'une première rencontre, Marcel Orban, marionnettiste professionnel, a fait découvrir au groupe Altéo de Berchem comment construire un spectacle de marionnettes : de l'idée à la présentation, en passant par le texte, la fabrication des marionnettes, leur manipulation et la mise en scène. Fort des conseils de Marcel, le groupe a commencé la mise en pratique en réalisant ses premières ébauches. N'hésitez pas à rejoindre ce projet, même si vous n'avez pas assisté aux premières rencontres. Un petit goûter convivial achèvera l'après-midi.



Date : le **mardi 14 mai** de 14h15 à 16h45
Lieu : Centre Culturel de Berchem-St-Agathe "Le Fourquet", 15 place de l'Eglise à 1082 Berchem (salle Viool, anciennement Brasserie-Restaurant).
Prix : 2 EUR
Inscription souhaitée au 02/501.58.16 (le matin)

VOLONTARIAT - VACANCES

Tentez quelque chose de différent



Envie de vous lancer dans un projet solidaire avec des personnes handicapées? Devenez volontaire chez Altéo et choisissez parmi plus de 60 séjours en Belgique ou à l'étranger !



Altéo, mouvement de personnes malades, valides, et handicapées recherche des volontaires pour ses prochains séjours d'été :

>> Houffalize (Ardennes) : séjour-projet Handicap et Migration du 24 au 29 juin

Ce séjour est un projet de rencontre entre des jeunes personnes handicapées et issues de l'immigration. Le groupe d'une trentaine de participants et volontaires séjournera dans un gîte d'étape où seront organisées des activités privilégiant la rencontre, le sport et la détente.

>> Ter Duinen (Nieuport) : du 05 au 12 juillet

Ce séjour propose à une cinquantaine de personnes vivant un handicap ou une maladie de s'évader et d'échanger entre elles et avec une trentaine de volontaires. Des moments forts en solidarité, en créativité et en détente.

Qu'attend-on d'un volontaire ?

Le volontaire contribue à l'animation et aide la personne handicapée dans les actes de la vie quotidienne (lever, toilette, repas, déplacements). L'équipe de volontaires est épaulée par une infirmière ainsi qu'une responsable de séjour.

Si l'animation, les projets solidaires et l'encadrement de personnes handicapées vous attirent, venez vivre une première expérience chez Altéo !

Plus d'infos : 02/501.58.10 ou alteo.bruxelles@mc.be

Gros plan sur...

Pour mieux vous accueillir en agence

A la MC Saint-Michel, nous trouvons important de prendre le temps pour vous écouter, de répondre à vos questions, de vous servir, de vous conseiller, et de vous accompagner dans vos démarches.



Nous profitons de cet article pour remercier celles et ceux, nombreux, qui à chaque visite dans nos agences, rendent l'environnement de travail agréable pour tous et motivent nos conseillers à vous servir toujours mieux !

Mais pour mieux vous accueillir, nous avons besoin de votre collaboration. Ainsi, vous nous aiderez à améliorer la qualité et l'efficacité de nos contacts avec vous :

> **en vérifiant les heures d'ouverture de votre agence avant de vous y rendre.** Les horaires habituels sont disponibles sur le site www.mc.be (rubrique "Points de contact") ou en appelant gratuitement le 0800 10 9 8 7. Vous pouvez aussi demander une petite carte avec les horaires de votre agence, ou un mémo reprenant les horaires de toutes les agences. Les fermetures exceptionnelles sont affichées quelque temps à l'avance et figurent également sur le site www.mc.be.

A propos, **sachez que quand votre agence est fermée, sauf jour férié, nous travaillons pour vous !** Nous traitons vos dossiers et les attestations que vous nous avez transmises, répondons à vos e-mails... Votre conseiller suit régulièrement des formations, également, et doit se tenir à jour des nouvelles législations et des changements dans le domaine de la santé. De nombreux collaborateurs que vous ne voyez pas travaillent aussi pour vous.

> **en choisissant votre moment pour passer nous voir.** L'agence du Boulevard Anspach est ouverte le midi et la plupart de nos agences ouvrent le jeudi jusqu'à 18h pour pouvoir accueillir les personnes travaillant à plein temps, qui ne peuvent se libérer qu'à ces

périodes-là. Si vous, vous pouvez passer à un autre moment : faites-le ! C'est mieux pour vous (vous serez servi plus rapidement), pour nous (nous avons plus de temps à vous consacrer) et pour les autres (ils seront servis plus rapidement eux aussi).

> **en optant pour un rendez-vous.** Votre foyer s'agrandit, vous prévoyez une hospitalisation, vous avez mille questions à nous poser ? Appelez gratuitement le 0800 10 9 8 7 : nous vous proposerons un moment pour vous rencontrer, sans qu'une longue file de clients impatientes se forme derrière vous. Nous pourrions ainsi directement vous recevoir à l'heure venue, et nous aurons pu préparer votre dossier : c'est plus pratique pour vous aussi !

> **en utilisant Internet ou le téléphone.** Une visite en agence n'est pas toujours nécessaire. De nombreux documents (attestations, documents déclaratifs, brochures, vignettes jaunes...) peuvent être commandés ou téléchargés sur www.mc.be (rubrique "Self-service"). Inutile donc de vous déplacer ! Si vous n'avez pas Internet chez vous, vous pouvez introduire votre demande auprès du numéro vert 0800 10 9 8 7.

> **en déposant vos attestations dans une boîte MC.** Depuis plusieurs mois maintenant, nous ne traitons plus vos attestations en direct. Cela se fait de façon centralisée, afin de permettre aux conseillers de se consacrer da-

vantage à leur rôle d'accompagnement et d'information. Si vous souhaitez recevoir, comme avant, une souche avec le détail de vos remboursements, mentionnez-le sur les attestations que vous déposerez dans une de nos boîtes vertes. Vous pouvez aussi, en nous communiquant votre adresse e-mail, les recevoir directement dans votre courriel, en document pdf attaché. C'est plus écologique !

En toutes circonstances, **rappelez quelques règles essentielles de courtoisie...** Par respect pour les autres clients et pour nos collaborateurs, nous vous demandons d'éteindre votre GSM dans les agences, de ne pas parler fort, de ne pas fumer, de ne pas manger, de ne pas dégrader le matériel, de respecter l'ordre de la file d'attente et de surveiller vos enfants. En revanche, il est permis de parler à son voisin, de sourire (même aux anges), d'utiliser le temps d'attente pour lire, pour gérer son agenda ou pour penser à ses futures vacances, et de laisser les places assises pour les personnes âgées, malades ou qui portent un enfant.

Nous profitons de cet article pour remercier celles et ceux, nombreux, qui à chaque visite dans nos agences, rendent l'environnement de travail agréable pour tous et motivent nos conseillers à vous servir toujours mieux !

// AURELIA JANE LEE

Séances d'information

Des questions sur votre pension ?

Le service Pension de la MC Saint-Michel et Énéo, mouvement social des aînés, organisent deux soirées "Info pension" pour les personnes qui, dans un avenir plus ou moins proche, quitteront la sphère professionnelle.

Vous trouverez au programme de cette soirée, notamment, les questions qui se posent suite aux nombreuses modifications de réglementation intervenues cette année :

- > Quelles sont les conditions pour bénéficier d'une pension (âge, carrière...)?
- > Comment est-elle calculée pour un travailleur salarié, un indépendant ou un fonctionnaire?
- > Qu'est-ce que le bonus?
- > Faut-il introduire une demande de pension?
- > Peut-on encore travailler après la mise à la retraite?

Ces questions et bien d'autres seront abordées au cours de ces rencontres par Caroline Coutrez et Carine Vanhoudenhoven du service Pension de la Mutualité Saint-Michel.

Dates et lieux :

- > Le **lundi 27 mai** à 19h à Quo Vadis - salle paroissiale du Divin Sauveur - 82 Rue Aimé Smeekens à 1030 Schaerbeek (accessible également par le 269 avenue de Rodebeek)
- > Le **lundi 03 juin** à 19h à la salle paroissiale Saint-Marc - 74 Avenue De Fré à 1180 Uccle (parking à l'arrière)

Infos et inscriptions (indispensables) :

- > Par téléphone : 02/501.58.13 (de 9h à 12h)
- > Par mail : ucp.bruxelles@mc.be

Assurance complémentaire

Logopédie : la MC Saint-Michel vous rembourse !

La logopédie traite les troubles de la parole, de la voix et du langage oral et écrit, quelle que soit leur origine, et quel que soit l'âge. Elle ne concerne pas que les enfants ; elle peut faire partie aussi d'un programme de rééducation après un accident, par exemple.

Lorsque l'assurance obligatoire n'intervient pas ou plus dans un traitement logopédique, l'assurance complémentaire de la Mutualité chrétienne peut prendre le relais.

Comment obtenir l'aide de la mutualité ?

Si vous pensez que vous (ou un de vos proches) avez besoin de consulter un logopède, nous vous conseillons de consulter un médecin spécialiste (O.R.L., pédiatre, psychiatre...) qui va déterminer la nature du problème. Celui-ci demandera éventuellement qu'un bilan logopédique soit effectué par un logopède. Sur base de ce bilan,

le médecin spécialiste prescrira un traitement logopédique.

Pour obtenir un remboursement des soins de logopédie, vous devez préalablement avoir l'accord du médecin-conseil de la mutualité.

- > le formulaire de demande de traitement dûment complété, daté et signé (ce document est fourni par le ou la logopède) ;
- > la prescription de bilan établie par le médecin spécialiste ;
- > la copie du bilan réalisé par le logopède ;
- > la prescription de traitement logopédique établie par le médecin spécialiste ;
- > en fonction du trouble présenté, certains éléments spécifiques sont parfois nécessaires (QI, audiogramme...). Demandez à votre logopède.



pédagogue établie par le médecin spécialiste ;

- > en fonction du trouble présenté, certains éléments spécifiques sont parfois nécessaires (QI, audiogramme...). Demandez à votre logopède.

En cas de traitement **au-delà d'un an**, adressez une demande de prolongation auprès du médecin-conseil. La prescription du traitement, sur la base du rapport d'un bilan logopédique d'évolution, peut être effectuée par le médecin généraliste, sous certaines conditions. Les honoraires des logopèdes conventionnés sont remboursés à 75% (90% pour les patients BIM/Omnio).

Documents utiles

Vous pouvez télécharger les documents nécessaires sur www.mc.be ou les demander à votre conseiller ou au numéro gratuit 0800 10 9 8 7. Ensuite, il n'y a plus qu'à les faire compléter par le prestataire de soins et à les remettre à la mutualité.

Et si l'assurance obligatoire n'intervient pas ou plus ? La MC interviendra pour 150 séances et un test de QI.

Il arrive que le patient se voie refuser le remboursement d'un traitement logopédique par l'assurance soins de santé obligatoire. C'est généralement le cas pour les troubles de l'apprentissage chez l'enfant qui se prolongent au-delà de 2 ans. D'autres motifs de refus existent tels que par exemple l'absence d'un test QI pour un trop jeune enfant.

C'est pourquoi la MC analysera tout dossier refusé dans le cadre de l'assurance obligatoire afin d'octroyer une intervention aux membres en ordre de cotisation. **La MC remboursera 10 euros par bilan ou séance logopédique avec un maximum de 75 séances** (avantage renouvelable une fois, soit 150 séances). Une intervention de 20 euros est accordée pour la réalisation, chez un psychologue, d'un test de quotient intellectuel.

Les interventions de l'assurance complémentaire sont soumises à l'accord de la mutualité sur la base d'un bilan logopédique et d'une prescription émise par un médecin spécialiste (la demande de prolongation peut être prescrite aussi par un généraliste).

INFO MUTUALITÉ

Les permanences du service Pension

Toute l'année, le service Pension vous reçoit pour répondre à vos questions, vous conseiller et vous accompagner dans vos démarches. Vous pouvez le joindre par mail à pensionbx1135@mc.be ou vous rendre dans l'une des six permanences présentes sur Bruxelles :

- ANDERLECHT**
Cours Saint-Guidon 7
Ouvert les jeudis de 9h à 12h30
Tél : 02/521.54.68
- LAEKEN**
Boulevard E. Bockstael 183
Ouvert les jeudis de 9h à 12h30
Tél : 02/423.04.04
- BRUXELLES**
Boulevard Anspach 111-115
Ouvert les mardis de 9h à 12h30
Tél : 02/501.58.07
- SCHAERBEEK**
Rue royale Sainte-Marie 200
Ouvert les lundis de 9h à 12h30
Tél : 02/240.80.30
- ETTERBEEK**
Avenue de la Chasse 2
Ouvert les vendredis de 9h à 12h30
Tél : 02/629.04.92
- UCCLE**
Rue du Doyenné 98
Ouvert les lundis de 9h à 12h30
Tél : 02/340.88.24

INFOR SANTÉ

Prendre sa vie en main

Il y a des événements qui bouleversent la vie, comme la perte d'un emploi, un divorce, un décès... Il peut aussi s'agir de grands changements positifs, qui nous remettent en question et/ou modifient notre façon de vivre, comme une naissance, une réorientation de carrière, un déménagement, un mariage...

Nous sommes ainsi tous confrontés, à l'une ou l'autre occasion, qu'elle soit joyeuse ou douloureuse, au changement, au stress, à la difficulté de s'adapter à un nouvel environnement, à des deuils, même symboliques.

Dans ces moments-là, nous avons besoin d'aide et de soutien. Il existe de nombreuses façons de traverser ces étapes de l'existence et de retrouver son équilibre, que ce soit par des techniques corporelles, un accompagnement par un psy, des groupes de parole...

>> Comment trouver ce qui vous convient ?

Le service Infor Santé vous propose deux brochures pour vous éclairer. Faciles à lire et illustrées de dessins humoristiques, celles-ci s'adressent à tous les publics.

>> "Balancez votre stress !"

Cette brochure aide à mieux comprendre les mécanismes du stress. Elle donne aussi une série de conseils pratiques (écoute des besoins, pensée positive...) et présente des techniques (autmassage, yoga, méditation, sophrologie...) pour apprendre à l'apprivoiser.



>> "Et psy j'allais consulter ?"

Des conseils pour bien choisir"

Lorsqu'on décide d'entamer un travail thérapeutique, de nombreuses questions surviennent. Quelles différences y a-t-il entre un psychologue, un psychiatre, un psychanalyste ou encore un psychothérapeute ? Comment choisir son thérapeute et quel type de thérapie envisager ? La brochure "Et psy j'allais consulter ?" apporte un éclairage précis et concret sur ces interrogations afin de guider chacun dans la recherche du bien-être. Elle propose également une foule d'adresses et de sites internet utiles.



Ces deux brochures sont disponibles sur simple demande auprès de votre conseiller mutualiste ou en appelant le numéro gratuit 0800 10 9 8 7. Elles sont également téléchargeables sur le site www.mc.be.

Mutualité chrétienne Bruxelles
Mutualité Saint-Michel
111-115, Bd Anspach 1000 Bruxelles
Editeur responsable : Ch. Kunsch
Fax 02/501.58.38 - Tél. 02/501.51.99

Tél. 02 501 58 58

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