

ÇA SE PASSE

Qu'est ce que réussir sa vie ?

Et si, à son terme, notre vie était comparable à une sorte de tout bien compact, bien emballé et ficelé, prêt pour le départ à la destination incertaine ? Comment le regarderions-nous, ce tout, pour l'évaluer ? En esthète, en philatéliste, en moraliste ou...en être humain tout simplement ? Mais la vie, la nôtre ou celle du voisin, c'est bien plus compliqué. Alors, comment peut-on savoir si on la réussit ou non, cette vie ? Le débat philosophique est ouvert.

Une organisation du Centre culturel de Stavelot.

Date : le 15 mai à 20h30

Lieu : Maison Chaumont, rue Chaumont 5 à Stavelot

Pour participer au débat, merci de bien vouloir vous inscrire au 080/88.05.20

Prix libre.

EXPOSITION : L'Equateur en photo

Photo-reportage de Lucie Woschek "Miradas Quechuas" est un travail de reportage photographique qui met en scène un village indigène, le Pull Quishuar, situé en plein centre de l'Equateur, à une altitude de 3600 mètres. Il représente le village et ses habitants qui vivent en marge de la société occidentalisee du pays ; leurs habitudes, leurs styles de vie, leur quotidien et leur regard vis-à-vis de l'occident.

Ce travail est une affaire de regards; des regards que nous posons sur eux et ceux qu'ils posent sur nous. Des regards curieux, empathiques, étrangers, chaleureux ou indifférents. C'est cet échange de points de vue qui vous est proposé au travers de ces images.

Un photo-reportage qui vous fera voyager dans les Andes sans quitter la Belgique, dans une approche humaniste des populations locales.

L'exposition s'inscrit dans le cadre du projet d'éducation permanente du Centre culturel "Université Ouverte des Médias - 4^{ème} Pouvoir".

Lieu : Centre culturel de Welkenraedt

Date : du samedi 4 mai au vendredi 24 mai

Les mardis, jeudis et vendredis de 14h à 17h30 - les mercredis de 14h à 15h30 et lors des activités du Centre culturel.

Entrée libre

Infos : 087/89.91.79.

Sur les traces de Guillaume Apollinaire

L'illustre poète Guillaume Apollinaire a passé trois mois de sa jeunesse à Stavelot. Il en a profité pour visiter la région, notamment Malmedy la "prussienne" et les Fagnes. Le Cercle Culturel Marie-Anne Libert vous propose une balade de 13 km sur ses pas.

Itinéraire : Pont d'Outrelepont, monument Apollinaire, Bernister, Les Planeresses, le Rôsi et le Monument Frédéricq, Moupa, Croix des Planeresses, Ferme Libert, Ermitage, Piscine Mon Repos, Malmedy. Lecture de poèmes au cours de la balade.

Date : le dimanche 26 mai à 9h30 (rdv Place Albert 1^{er})

Infos et inscriptions : 080 /35.95.35.

Sport

Rejoignez l'équipe MC au Grand Jogging de Verviers !

L'an dernier, une équipe de joggeurs MC composée de membres du personnel a pris le départ du Grand Jogging de Verviers. Pour cette nouvelle édition nous souhaitons ouvrir l'équipe à un maximum de membres. Serez-vous des nôtres ?

Ils étaient une petite quinzaine à prendre le départ sous les couleurs de la MC lors de l'édition 2012. Petite ou longue distance en fonction des préférences de chacun. Quinze, c'est déjà bien pour créer un esprit d'équipe mais nous sommes sûrs de pouvoir faire mieux. C'est pourquoi décision a été prise de proposer à nos membres de nous rejoindre sur la ligne de départ du jogging. Plus l'équipe sera grande, meilleure sera l'ambiance, plus vive sera la motivation et moins éprouvant sera l'effort. On a tout à y gagner !

Un T-shirt en guise de cadeau

Chaque membre qui s'inscrit pour rejoindre l'équipe MC se verra remettre un T-shirt de sport (en matière adéquate) en guise de remerciement pour sa participation. Pour plus de facilité, nous nous donnerons rendez-vous à un point de ralliement le jour du jogging et distribuerons les T-shirts à ce moment. Votre tenue de sport est déjà presque complète. Il ne reste plus qu'un entraînement adéquat et vous êtes prêt pour prendre le départ.

Comment faire ?

Vous êtes membres de la Mutualité chrétienne et souhaitez faire partie de l'équipe MC au Jogging de Verviers ? Rien de plus simple...

Complétez le talon-réponse ci-contre et renvoyez-le nous à l'attention du Service MIC :

- Via notre réseau de boîtes vertes
- Par e-mail à l'adresse verviers@mc.be
- Par voie postale, rue Laoureux 25-29, 4800 Verviers

Nous accuserons bonne réception de votre inscription et vous donnerons toutes les informations nécessaires.



Toutes les infos sur le jogging

Grand Jogging de Verviers

Date : le dimanche 16 juin

Lieu : Stade de Bielmont (départ Place d'Arles)

5 km : départ à 13h.

Parcours légèrement vallonné, bordant les champs et les bois. Idéal pour un coureur débutant !

13 km : départ à 15h.

Le parcours emmène les concurrents vers de magnifiques endroits verdoyants à travers et autour de la ville. Les nombreux spectateurs massés le long du parcours vallonné donnent la sensation de participer à une étape de montagne du Tour de France...

Pour plus d'information sur le jogging : Service des Sports de la Ville de Verviers

Place du Marché, 31 - Verviers Tél. : 087/ 32.53.29

TALON RÉPONSE

Nom :	Prénom :
Date de naissance :	Adresse :
n° :	CP :
Localité :	N° de Tél. :
N° de GSM :	
Adresse e-mail :	
Taille du T-shirt : S - M - L - XL - XXL	

COLLEZ ICI UNE VIGNETTE JAUNE.

OPTIQUE - AUDIOLOGIE

Un œil différent pour votre vue

En tant que membre MC, vous bénéficiez :

- de remises permanentes
 - > - 30% sur les verres optiques
 - > - 20% sur les montures optiques et solaires
 - > - 20% sur les lentilles de contact et les produits d'entretien

- d'offres exclusives
 - > forfait monture + verres (vision de près ou de loin) pour 60 euros*
 - > forfait monture Laguiole + verres progressifs traités pour 300 euros*

* voir conditions en magasin.

Contact :

• avenue des Ardennes 1/03 à 4500 Huy - 085/84.29.16.

• place du XX Août 42 à 4000 Liège - 04/221.33.20.

• place du Marché 9 à 4600 Visé - 04/379.76.11.

• place Vinàve 35 à 4910 Theux (ouverture le 25 mai !)

Ouvert du lundi au samedi de 10h à 18h. www.optival.be



Info Santé

Une campagne de sensibilisation sur les Chlamydia

L'infection à la Chlamydia se présente sans aucun symptôme et, dans la majorité des cas, il est possible d'être infecté sans le savoir. Une campagne de sensibilisation est actuellement en cours pour rappeler l'importance du dépistage des IST.

Quelques données sur la Chlamydia.

Comme la plupart des Infections Sexuellement Transmissibles (IST) la Chlamydia connaît une recrudescence importante ces dernières années. Elle est d'ailleurs l'IST la plus fréquemment diagnostiquée. On constate une augmentation forte et continue : le nombre de cas diagnostiqués ne cesse de croître, avec une augmentation moyenne de 16%. Le groupe le plus touché se compose de jeunes femmes entre 15 et 25 ans mais l'infection est répandue dans la population générale et ne se limite pas à un groupe à risque déterminé.

Absence de symptômes...

Si la Chlamydia peut se manifester par des pertes anormales, des écou-

lements, des rougeurs des muqueuses, des brûlures, de la fièvre ou des douleurs au bas-ventre, elle reste, dans la majorité des cas, asymptomatique. Deux tiers des patients ont été diagnostiqués avec une infection à la Chlamydia sans plainte ni symptôme. Cette absence de symptôme entraîne souvent une découverte tardive de l'infection qui peut dormir pendant des mois avant de se compliquer... avec le risque d'une complication de l'infection non traitée pouvant être une cause de stérilité chez les femmes.

Se faire dépister

Outre l'utilisation du préservatif, qui reste l'unique moyen de prévention face aux IST, le dépistage représente à ce jour la seule solution efficace

pour détecter et prendre en charge cette IST. Le dépistage est d'autant plus important que la Chlamydia se soigne très facilement. Ce dépistage peut être effectué chez un médecin, un gynécologue, dans les centres de planning familial ou dans les centres de dépistage spécialisé.

A côté de la campagne de sensibilisation en cours, Sida'sos a développé un outil pédagogique centré sur cette thématique sous la forme d'un jeu de l'oie afin de conscientiser les jeunes sur le terrain. Cet outil est disponible gratuitement à la location.

Infos : Sida'sos : info@sidasos.be - www.sidasos.be
Plate-Forme Prévention Sida : info@preventionsida.org - www.preventionsida.org

Vacances pour les 50 +



Séjour en car, en train, en avion ou par vos propres moyens, les possibilités de vacances sont nombreuses avec Enéo, mouvement social des aînés. Destinations variées, hôtels et moyens de transport minutieusement choisis, accueil soigné, encadrement de qualité par des bénévoles expérimentés... tous les ingrédients sont réunis pour des vacances vivifiantes, sources de bien-être et agrémentées de nouvelles rencontres.

Retrouvez l'ensemble de l'offre en contactant Enéo Verviers au 087/30.51.28, via vacances+50.ucpverviers@mc.be ou sur www.eneo.be



Focus sur deux séjours de cet été 2013

Croisière de l'Estuaire de la Gironde et la Garonne (Sud-Ouest de la France, région de l'Aquitaine)
 Du 10 au 15 septembre 2013
 Embarquez à bord du MS Princesse d'Aquitaine pour un séjour riche en détente et en découvertes. Ce bateau prestige est composé de ca-



bins tout confort, offrant des bonnes tables et des soirées animées. La journée, vous pouvez opter pour la *famiente* au soleil sur le grand pont garni de transats ou pour des visites en excursion facultative.

Au programme...

Traversée de charmants villages, dont Pauillac qui a conservé le long des quais ses nobles demeures en pierre de taille ou Blaye, superbe acropole, composé d'une majestueuse citadelle ou encore Bourg, cité bâtie sur un piton rocheux ceinturée de remparts médiévaux.

Découverte de la célèbre "route des châteaux" et ses prestigieuses appellations du Médoc (dégustation prévue). Virée sur la "route de la corniche". Vous découvrirez ces fameux carrelots, curieuses cabanes perchées au dessus de l'eau. Visite des monuments souterrains du village de Saint-Emilion. Vous découvrirez ensuite un ensemble troglodytique exceptionnel : la grotte du moine Emilion et les catacombes. Enfin, le monument sans conteste le plus original, l'église monolithe : entièrement creusée dans le rocher calcaire, elle est la plus vaste d'Europe par ses dimensions. Visite de Bordeaux, patrimoine de l'UNESCO, reconnue pour son architecture exceptionnelle. Un séjour qui propose des paysages rares qui mêlent à la fois fleuve, pierre et vigne.

Mariakerke

Se délasser entre amis du 14 au 21 juin 2013

Comme chaque année et pour le plus grand plaisir de tous, Eneo propose un séjour à Mariakerke. Vous logerez au désormais traditionnel hôtel Kinkhoorn, situé sur la digue, face à la mer et à proximité d'Oostende. Les appartements y sont d'un grand confort et l'ambiance y est toujours familiale et chaleureuse. Les repas sont servis sous forme de buffet. Les boissons au repas sont également comprises dans la formule. Diverses activités et excursions sont proposées telles que gymnastique, aquagym, jeux apéro, danses, promenades, etc. Vous pouvez librement y prendre part ou simplement profiter de l'air de la mer du Nord dans le jardin aménagé de l'hôtel.



Pour plus de renseignements ou pour toute réservation : Enéo Verviers au 087/30.51.28 - vacances+50.ucpverviers@mc.be

MOUVEMENTS

Excursion a Thuin



L'Amicale des 3 x 20 de Battice et le Fil du Temps de Clermont vous invitent à une excursion à Thuin pour visiter les installations de la chocolaterie Couleur Chocolat avec dégustation en fin de visite. Repas de midi au Relais de la Haute Sambre à Lobbes (3 services hors boissons). Après-midi, découverte guidée de Thuin et de sa région en car. En fin de journée, visite guidée d'une heure à la découverte des salles médiévales de la Ferme du Chêne. Retour prévu à Battice vers 19h.

Date : le jeudi 27 juin
Lieu de départ : Julémont (église) : 6h45 - Battice (église) : 7h - Froidthier (église) : 7h15 - Clermont : 7h30
Prix : 58 EUR (paiement sur le compte de "L'Amicale des 3 x 20 et Pensionnés de Battice" n° BE71 0682 4921 6669 pour le 13 Juin 2013)

Infos et inscriptions : Mme Lerho 087/67.88.98 ou 0477/51.08.96

Pour mieux comprendre le CPAS et ce qu'il peut apporter...

Le CPAS, on en entend beaucoup parler dans les médias ou dans les conversations. Mais connaît-on réellement cette institution et son évolution au cours des siècles ? Sait-on exactement ce qu'elle fait ? A quoi sert-elle ? Et par ailleurs, que peut faire le CPAS pour les aînés ? Sont-ils, eux aussi, concernés par cette institution ? C'est pour répondre à toutes ces questions que la régionale de Verviers vous convie à une rencontre avec un représentant du CPAS de Verviers, afin qu'il puisse nous présenter son institution et répondre à nos questions.

Date : Le mardi 28 mai de 14h30 à 16h30
Lieu : réfectoire de la MC, rue Laoureux 25-29 à Verviers

Inscription (gratuite) pour le vendredi 17 mai au bureau d'Enéo 087/30.51.29.

Visite d'un rucher à Stembert

Dans le cadre du projet bio, nous vous proposons la visite d'un rucher qui travaille de manière naturelle. Notre visite se composera d'une présentation de l'activité sur la vie des abeilles, d'une explication complète du travail réalisé avec les abeilles ainsi que la fabrication de bougies en cire d'abeille. Ensuite, nous visiterons les ruches et la miellerie (possibilité de voir une ruche vitrée). Des explications sur la fabrication de bougies en cire nous seront données. En fin de visite, une dégustation de produits à base de miel sera également proposée.

Date : Le vendredi 7 juin à 14h (possibilité de co-voiturage)
Prix : 5 EUR membre MC en ordre de cotisation 2013 (6 EUR non membre)

Inscription pour le mercredi 15 mai au bureau d'Enéo : 087/30.51.29.

Une lettre de confirmation avec les derniers renseignements vous sera envoyée quelques jours avant la visite.

Atelier - Trucs et astuces - Rendre son habitat plus sain

Dans notre maison, nous avons toute une série d'éléments qui polluent notre habitation et qui rendent celle-ci moins agréable à vivre et plus nocive. Pascale Louviaux, conseillère en bien-être de l'habitat, viendra nous conseiller dans le développement du bien-être et de l'harmonie au sein de votre habitation.

Date : le mardi 11 juin à 14h30
Lieu : réfectoire de la MC, rue Laoureux 25-29 à Verviers
Prix : 4 EUR avec truc et astuce, 5 EUR sans truc et astuce

Inscription pour le mercredi 5 juin au bureau d'Enéo 087/30.51.29.

Club Evasion

Calendrier des excursions en autocar pour l'année 2013.

- Mercredi 3 juillet : Olmen, un des plus beaux parcs animaliers du pays
- Jeudi 8 août : Moselle Allemande
- Lundi 9 septembre : France (Lorraine) - Rodemack et Manderen, Chateau de Malbrouck.

Notez ces dates dans vos agendas. Pour chacune des excursions, le programme complet et définitif sera envoyé, sur demande au 087/22.36.82 (réservé aux membres Enéo en ordre de cotisation).

Internet

Et si Facebook avait existé pendant la guerre de 14-18 ?

Souvent décriés, les réseaux sociaux peuvent aussi se faire le porte-voix d'initiatives citoyennes et culturelles. Depuis le 10 avril, la communauté Facebook a vu fleurir des messages d'un certain Léon Vivien, soldat français de la première guerre mondiale. Il nous fait découvrir son quotidien dans les tranchées, jour après jour. Sa femme Madeleine lui envoie régulièrement des messages où l'on sent poindre l'inquiétude de savoir son mari au front, ses compagnons d'infortune comment certains de ses "billets", et tout ce beau monde donne, via l'interaction des réseaux sociaux, un tour très actuel à une guerre qui ne l'est plus.

dans la guerre de 14-18 (personnage fictif créé de toutes pièces mais basé sur la documentation du musée, avec les conseils d'un historien spécialisé). "À l'heure où 23 millions de Français racontent quotidiennement leur vie à travers leurs posts et statuts sur Facebook, imaginez ce que ces mêmes internautes, plongés siècle, auraient eu à raconter", explique un des représentants de l'agence qui a eu l'idée de "Facebook 1914".



peut-être jamais eu l'idée d'aller voir dans un musée. Alors même qu'on nous dit que les musées se vident, certains ont trouvé le moyen de nous offrir l'Histoire et la culture là où nous nous trouvons. Une manière ludique et créative de transmettre un passé déjà un peu oublié par certains mais qui, grâce à Léon Vivien, revit plus actuel que jamais.

Pour trouver Léon, Madeleine, toute la clique et leur petit bout de la grande histoire :
www.facebook.com/leon1914

Et ça marche ! De nombreux jeunes et moins jeunes suivent les aventures de Léon, l'épaulent en lui envoyant des messages de soutien et, par la même occasion, consultent des photos d'archives, des témoignages d'époque... qu'ils n'auraient

Le Musée de la Grande Guerre du Pays de Meaux et l'agence DDB Paris ont donc imaginé une expérience inédite : créer le profil Facebook d'un jeune Français embarqué

Cyber Seniors, atelier inter-générationnel

La régionale a décidé de lancer des ateliers intergénérationnels en partenariat avec Jeunesse & Santé. Le but est d'apprendre en s'amusant, en favorisant les connaissances de chacun et particulièrement des jeunes. Car c'est bien connu, les jeunes maîtrisent beaucoup plus facilement les nouvelles technologies. Alors, pourquoi ne pas leur demander de nous faire profiter de leur savoir ? Ce sera l'occa-

sion d'échanges riches entre les jeunes et les aînés de nos mouvements. Concrètement, il s'agira d'ateliers qui se dérouleront le mercredi après-midi. Le premier thème abordé sera Facebook. Le célèbre réseau social est très aimé et utilisé par les jeunes mais beaucoup moins par les aînés. Les J&S pourront montrer concrètement comment cela fonctionne, expliquer

les différentes fonctions utiles, etc.
Date : Le mercredi 22 mai de 14h30 à 16h
 Lieu : rue Laoureux 36 à Verviers
Prix : 2 EUR pour les membres MC en ordre de cotisation (3 EUR pour les non-membres)

Infos et inscription rapide au bureau d'Enéo (087/30.51.29) ou au bureau d'Altéo (087/30.51.47)

Mutualité chrétienne de Verviers et d'Eupen

Rue Laoureux, 25-29 - 4800 Verviers
 Editrice responsable :
 Valérie Notelaers, Directrice régionale
 Coordination : Laurence Lecoq
 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