

ÇA SE PASSE

Fête des plantes en pays de Liège

Depuis 2002, plus de 90.000 visiteurs sont passés dans 80 jardins privés ouverts au public au profit de l'asbl "Enfants d'un même Père" qui accueille temporairement des enfants handicapés. Jardins en pays de Liège, c'est aussi une Fête aux plantes annuelle qui a lieu, cette année, à Neupré. Dans le cadre prestigieux d'Englebermont, une cinquantaine d'exposants vous présenteront le meilleur de leur production. **Où ?** A Englebermont à 4120 Neupré. **Quand ?** Le dimanche 2 juin de 10h à 18h. **PAF ?** 5 EUR. **Plus d'infos et inscriptions :** www.jardinsenspaysdeliege.be

Alzheimer Café

Parler de la maladie demeure un tabou. Or, disposer d'informations précises et être capable d'en discuter permet aux personnes concernées par cette maladie de mieux l'accepter et participe à leur mieux-être. L'Alzheimer Café est un rendez-vous d'échange d'informations convivial où toutes les personnes impliquées dans cette pathologie peuvent se rencontrer et échanger leurs expériences dans une atmosphère récréative. L'Alzheimer Café a pour objectifs : > d'informer sur l'aspect médical et psychosocial de la démence, > de créer un dialogue ouvert et sans tabou sur la maladie, > de rompre l'isolement social des malades et de leurs proches. **Quand ?** - A Liège : le vendredi 24 mai à 14h (et tous les 4^{èmes} vendredis du mois, hors vacances scolaires). - A Huy : le vendredi 3 juin à 14h (et tous les 1^{ers} lundis du mois, hors vacances scolaires). **Où ?** Au club des pensionnés, chemin Chant des Oiseaux 2 (boulevard Kleyer) à 4000 Liège et à la maison des Récollets, Cour Colin-Maillard 1 à 4500 Huy. Entrée gratuite. **Plus d'infos :** 0800/15.225 ou www.alzheimercafe.be

Concert : Silvia Abalos et Te'Ome Groupe

Silvia Abalos propose un plateau pour le moins épicé. Aussi à l'aise dans la musique folklorique que dans la musique pop, elle est capable de chanter dans un éventail de langues mexicaines impressionnant : espagnol, purepecha, huichol, nahuatl et zapotèque. Eternelle militante pour la paix et la justice, elle met son âme dans chacune de ses chansons. Sa forte personnalité et sa voix enchantresse nous démontrent, à chaque note, qu'il est possible de vivre l'harmonie et la tolérance au quotidien. Ce concert soutient le projet de "la Patrona" (Veracruz). Ces femmes aident les migrants sud-américains qui rejoignent en train les USA. Elles leur distribuent de la nourriture, des vêtements et des médicaments tous les jours depuis 10 ans. **Où ?** A la brasserie Sauvenièrre, place Xavier Neujean à 4000 Liège. **Quand ?** Le vendredi 31 mai à 21h30. **PAF ?** 9 EUR. **Plus d'infos :** www.grignoux.be

Les Pti'Zateliers Famille : Promenons-nous dans les bois

La forêt est un lieu magique qui fabrique mille bruits, senteurs, goûts, formes et couleurs. On peut les découvrir en s'amusant et en s'entraînant, adultes et enfants. Le temps d'une balade, le CRIE de Liège vous invite à vivre l'aventure dans les bois (à partir de 3 ans) ! **Où :** Au CRIE de Liège, Parc du Jardin Botanique, rue Fusch 3 à 4000 Liège **Quand ?** Le mercredi 19 juin de 14h à 17h. **PAF :** 15 EUR pour un adulte et un enfant, 20 EUR pour un adulte et 2 enfants. **Plus d'infos et inscriptions :** 04/250.75.00 ou crie.liege@education-environnement.be

Journée des églises ouvertes

Une église est un point de repère dans le paysage, une référence commune pour les habitants, un espace ouvert à tous pour découvrir un patrimoine mais aussi un endroit de méditation ou d'apaisement. La 6^{ème} édition de la Journée des Eglises Ouvertes aura pour thème "Les couleurs du patrimoine". Plus de 500 édifices religieux vous ouvriront leurs portes ! Concerts, animations, visites guidées, expositions sont organisés dans certains lieux. Cette initiative de la Fondation Eglises Ouvertes a pour but de faire découvrir le patrimoine religieux exceptionnel de la Belgique. Les visiteurs pourront découvrir de magnifiques édifices religieux, tant au nord qu'au sud du pays, et de cultes différents (catholique, protestant, anglican, orthodoxe). **Quand ?** Le samedi 1^{er} et le dimanche 2 juin. **Où ?** Une soixantaine de lieux en Province de Liège, renseignez-vous ! Entrée gratuite. **Plus d'infos :** 010/81.25.07 ou www.eglisesouvertes.eu

Gros plan sur

Et de quatre : Optival bientôt à Theux !

Déjà présent à Huy, Liège et Visé, le magasin Optival vous accueillera tout prochainement à Theux. Dès le samedi 25 mai, les membres MC disposeront de quatre lieux pour bénéficier de nombreuses offres et réductions.

Le magasin d'optique de la MC vous accueillera dès le 25 mai dans le centre commercial de Theux, dans les anciens locaux de la MC. Il vous proposera pas moins de 1.800 montures optiques, 350 montures solaires et 9 collections différentes dédiées aux enfants. Le prix d'entrée est fixé à 40 EUR pour les montures. Optival propose aussi des lentilles de contact et produits d'entretien à prix compétitifs ainsi que des accessoires d'aide visuelle pour malvoyants.

Des réductions avantageuses
Les membres de la MC Liège bénéficient 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 > 20% sur les aides visuelles pour malvoyants

Des offres exclusives
Profitez également de nombreuses promotions réservées aux membres MC et valables sur les montures, verres et lentilles de contact.

En plus de la garantie légale de deux ans (pièces et main d'œuvre sur tout vice de fabrication), les membres de la MC Liège bénéficient d'une multitude d'avantages : service après-vente gratuit, contrat d'entretien trimestriel pour les montures, protection contre les griffes sur les verres organiques, filtres UV sur tous les types de verres, adaptation gratuite et contrôle périodique pour les lentilles de contact.

Intervention complémentaire
Grâce à votre assurance complémentaire, vous bénéficiez également d'une intervention de 50 EUR, à 6 reprises, dans les frais d'achat de montures de lunettes, verres ou lentilles de contact (sans distinction d'âge). Le délai minimum entre deux interventions est fixé à deux ans. Pour bénéficier de ces interventions, il vous suffit de présenter la facture d'achat accompagnée de la prescription d'un médecin ophtalmologue pour les verres et lentilles. Les lunettes sans correction optique sont exclues du remboursement.

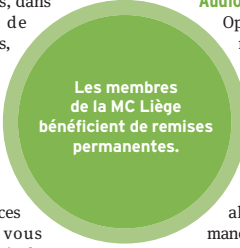


Contact

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
Dès le 25 mai : Place Vinâve, 35 à 4910 Theux - 087/31.47.33
www.optival.be
Ouvert du lundi au samedi de 10h à 18h.

Audiologie

Optival propose également des appareils auditifs numériques de haute technologie, très discrets, de qualité sonore exceptionnelle et garantis 5 ans d'usine (conception allemande). Des permanences hebdomadaires avec un audioprothésiste sont organisées chaque semaine dans les 4 magasins :



Conditions d'ouverture

> A l'achat de verres progressifs ou simple foyer, Optival vous offre le même équipement en solaire parmi un choix sélectionné (voir conditions en magasin).
> Pour les sportifs ou ceux qui veulent trouver une alternative aux lunettes, Optival vous offre 5 jours de lentilles journalières.



Offres valables dans nos quatre magasins du 25 mai au 30 juin.

> **Huy** : le jeudi de 10h à 12h
> **Liège** : le jeudi de 13h à 17h
> **Visé** : le mardi de 14h à 17h
> **Theux** : le mardi de 10h à 12h
Test d'audition gratuit et période d'essai d'un mois sans engagement. Venez tester gratuitement votre audition lors des journées portes ouvertes qui auront lieu de mai à septembre (renseignements en magasins).

Parking gratuit
Pour tout achat, nous vous offrons une heure de stationnement dans les parkings Cathédrale, Saint-Lambert ou Charles Magnette (Liège) et dans le parking de la rue l'Apleit (Huy). Parking aisé derrière la Collégiale de Visé et devant le magasin de Theux.

Service à domicile
Pour les personnes ayant des difficultés de mobilité (maison de repos, hospitalisation, handicap...), Optival se déplace gratuitement pour tout service optique (sauf lentilles) sur simple demande au 0475/24.82.35.

Pour vos enfants

Plaines de vacances



Durant les vacances, la MC Liège propose aux enfants et aux adolescents des plaines organisées par Jeunesse & Santé et Altéo, mouvement social des aînés.

Avec Jeunesse & Santé

Jeunesse & Santé propose, aux jeunes de 3 à 16 ans, 12 semaines d'évasion encadrées par des animateurs volontaires ! Les membres MC bénéficient d'importantes réductions. L'accueil est assuré le matin et le soir en-dehors des heures d'animation.



Les inscriptions se font pour des périodes de 5 jours consécutifs minimum. Les collations et la soupe sont comprises dans le prix (prévoir

pique-nique). Agrément de l'ONE.

Plus d'infos et inscriptions : 04/221.74.41 ou www.mc.be

LIEU	AGE	DATES	PRIX MEMBRE MC/SEMAINE
Ans, école primaire Sainte-Thérèse	3-16	du 1 ^{er} au 12 juillet	59 EUR 45 EUR (3-14 ans) 83 EUR 69 EUR (14-16 ans)
Ourthe-Ambève, RFC Fraiture	3-14	du 1 ^{er} au 12 juillet	43 EUR 29 EUR
Basse-Meuse, école communale de Lanaye	3-12	du 15 au 26 juillet	38 EUR 24 EUR
Liège, école Don Bosco	3-12	du 29 juillet au 9 août	38 EUR 24 EUR
Waremme, collège Saint-Louis	3-14	Du 22 au 26 juillet	62 EUR 48 EUR
Seraing, école Saint-Joseph	3-14	du 29 juillet au 9 août	29 EUR 15 EUR
Micheroux-Olne-Fléron, salle Batifex à Retinne	3-14	du 12 au 23 août	43 EUR 29 EUR

Avec Altéo

Depuis 12 ans, Altéo organise des plaines de vacances à destination des enfants et adolescents polyhandicapés, en y intégrant des jeunes valides.

Le prix comprend les collations, l'eau, la soupe et le repas tartines.

Plus d'infos : 04/221.74.33 ou altoe.liège@mc.be



LIEU	DATES	PRIX/SEMAINE
Liège, parc Astrid	du 1 ^{er} au 5 juillet	40 EUR
	du 22 au 26 juillet	40 EUR
	du 28 au 31 octobre	40 EUR

Étudiants

Du tonus pour ton blocus !

La fin de l'année approche. Pour les étudiants du supérieur, l'heure du blocus a sonné ! Comment organiser son temps et faire face au stress ? Jeunesse & Santé, avec le soutien de la MC, propose des réponses grâce à son kit "Starting Bloque" et au site internet www.startingbloque.be.

Créé par des jeunes pour des jeunes, le kit "Starting Bloque" regorge de trucs et astuces pour traverser la bloquer le plus sereinement possible :

- > Un planning d'étude humoristique à afficher et... à remplir ! Il s'étale sur six semaines de préparation et d'examen.
- > Un livret "Ta bloquer, mode d'emploi" qui regorge de principes simples pour rendre le travail efficace et agréable.
- > Un "Bloque Post-it®" illustré de slogans d'encouragement, pour jeter des idées, noter une définition ou les choses à ne pas oublier.
- > Un dialogueur : un panneau pour communiquer avec ses supporters, leur dire ses envies, ses besoins, ses coups de gueule.

C'est aussi le moyen pour l'entourage d'encourager et de soutenir l'étudiant !

- > Un carton à accrocher à la porte (d'un côté "Je bloquer" et de l'autre "Je débloquent"), histoire de prévenir les visiteurs de son état d'esprit !

Le kit, c'est aussi un site ! www.startingbloque.be est le prolongement de la version papier, qu'il vient enrichir. Ludique et interactif, le site propose une mine d'informations

pour les étudiants (conseils, idées de recettes faciles, liens sur la bloquer...) et un espace pour les parents afin de les aider à comprendre et accompagner leur étudiant favori durant ces longues semaines. Les professionnels (enseignants, conseillers pédago-



giques...) y trouveront aussi leur compte avec la mise à disposition de balises d'animations sur le blocus.

Les étudiants qui souhaitent se procurer le kit "Starting Bloque" peuvent l'obtenir sur simple demande au 0800 10 9 8 7 ou en complétant un formulaire via le site www.startingbloque.be

Créé par des jeunes pour des jeunes, le kit "Starting Bloque" regorge de trucs et astuces pour traverser la bloquer le plus sereinement possible.

POINTS DE CONTACT

Journée portes ouvertes dans l'agence de Hannut

Afin de mieux vous accueillir, l'agence de Hannut a déménagé rue Albert 1^{er}, 97.

Le vendredi 31 mai, nous vous fixons rendez-vous pour une journée portes-ouvertes : verre de bienvenue, animations, concours et distribution de cadeaux seront au menu de cette journée festive.

Venez nombreux !

Contact : 04/230.45.45 ou hesbaya@mc.be



ÉVÈNEMENT

Festival du mieux vivre ensemble

Le samedi 25 mai, les partenaires du Plan de Cohésion Sociale de Fléron (PCS) proposeront des activités, des animations, des promenades, des initiations, des stands d'information et des concerts : *Why not* (tribute to Green Day), *Vertigo* (tribute to U2), *Arcadium* (tribute to Red Hot Chilly Peppers) et *Bouldou and the sticky fingers* (tribute to The Rolling Stones)...

Partenaire de l'événement, la MC Liège distribuera gratuitement des bouchons d'oreilles sur son stand. En échange d'une pièce d'identité, les parents pourront recevoir en prêt un casque antibruit pour leurs enfants. Distribution de ballons, informations vous attendront également sur le stand MC !

Quand ? Le samedi 25 mai de 11 heures à minuit.

Où ? Sur le parking de la place de l'ancienne gare à Fléron.

Entrée gratuite.

Plus d'infos : 04/355.91.82.



BANDAGISTERIE - MATÉRIEL D'AIDE & DE SOINS

Chaussure orthopédique Baldo

La firme Baldo est spécialisée dans la chaussure orthopédique "anti-fatigue".

Une station debout prolongée ou une promenade peuvent engendrer des problèmes circulatoires ainsi qu'une fatigue des jambes et des pieds.

Baldo a conçu, entre autres, des sabots uniques au monde munis d'un système de ressort spécial en acier. Grâce à l'élasticité du ressort, le choc est absorbé par la chaussure, de sorte que chaque pas stimule la circulation. La chaussure orthopédique Baldo diminue la fatigue et offre une répartition égale du poids du corps. Le ressort stimule également la circulation sanguine, ce qui permet d'éviter les varices et les douleurs au tibia.



120% DE REMISE !!

La chaussure Baldo est fabriquée avec des matériaux de qualité qui respectent l'équilibre naturel du pied. Idéal pour le travail et les loisirs.

Prix de vente habituel : entre 90 et 111 euros - remise de 20% accordée aux membres MC de la Province de Liège.

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 5 juin 2013.

Mutualité chrétienne de Liège

Place du XX Août 38 - 4000 Liège
Editeur responsable : Rudolphe Bastin
Coordinatrice Presse et Médias : Stéphanie Bouton
Tél. : 04/230.16.57 - Service Communication-Marketing

courriel : enmarche.liège@mc.be

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