

INDEMNITES

Mi-temps médical : ne reprenez pas le travail n'importe comment.

/// Vous êtes en incapacité de travail et souhaitez reprendre progressivement le travail ? Nous vous conseillons de prendre contact avec le médecin-conseil de la MC avant toute chose pour vous éviter de mauvaises surprises.

Pour les salariés, la demande doit être introduite avant de reprendre le travail, quitte à devoir arrêter si le MC refuse. Pour les indépendants, l'accord doit être donné par écrit avant toute reprise.

Dans les deux cas, si vous ne suivez pas ces recommandations, il y a un risque de devoir rembourser les indemnités perçues depuis la reprise, quelque soit le nombre d'heures prestées, et de voir votre incapacité de travail invalidée, c'est à dire plus reconnue.

Discuter avec le médecin-conseil d'une possible reprise n'a pas valeur d'accord et votre médecin traitant, spécialiste ou médecin du travail n'engage pas le médecin-conseil.

Mieux vaut donc être prudent, avancer pas à pas et s'assurer de bien avoir tous les documents nécessaires. Ceci concerne toute activité, rémunérée ou non, y compris les formations et mandats politiques. Soyez vigilants !



Nouveauté

Prendre rendez-vous en agence, c'est possible.

Depuis le mois d'octobre dernier, la MC Verviers-Eupen a entamé une grande réorganisation de ses modes de contacts : densification du réseau de boîtes vertes, ouverture d'un centre d'appels bilingue, modifications des heures d'ouverture... Et depuis peu, le rendez-vous en agence.

Jongler entre boulot et famille n'est pas toujours chose aisée, mais lorsqu'il faut en plus ajouter une visite chez le dentiste, le médecin, et un passage à la mutualité, ça se complique encore. Pour vous faciliter la vie, la MC Verviers-Eupen vous propose désormais de prendre rendez-vous en agence. Un rendez-vous sans file d'attente, avec un conseiller déjà au courant de votre situation.

Comment faire ?

Pour prendre un rendez-vous avec votre conseiller mutualiste, vous avez le choix :
- Composer le numéro gratuit 0800/10 9 8 7



- Téléphoner à notre centrale régionale au 087/30.51.11
- Envoyer un e-mail à verviers@mc.be avec vos coordonnées

Il s'agit d'une première prise de contact qui servira à déterminer la nature de votre demande, voire la régler directement sans que vous ayez besoin de vous déplacer.

BANDAGISTERIE - MATÉRIEL D'AIDE & DE SOINS

Sissel Silencium

La solution anti-ronflement intelligente pour un meilleur confort !

Le sommeil favorise un bon état de santé et joue un rôle très important sur notre vie, surtout sur notre équilibre psychique. Le sommeil profond et réparateur que nous méritons a cependant un ennemi naturel : le ronflement.

Grâce à sa technologie de poches d'air, le nouvel oreiller anti-ronflement Sissel Silencium permet de réduire les ronflements jusqu'à 97% !

Caractéristiques :

- > diminue les ronflements
- > améliore la qualité de vie des ronfleurs et de leur partenaire
- > favorise un bon sommeil profond
- > soutien cervical correct
- > hauteur adaptable
- > résultats mesurables



//10% DE REMISE//

Prix de vente habituel : 795 euros - remise de 10% et un oreiller Sissel Soft medium offert à l'achat d'un oreiller Silencium pour les 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.
> KirchstraBe 39B à 4700 Eupen - 087/88.17.15.
www.solival.net



Offre valable jusqu'au 31 juillet 2013.

Et toujours nos autres modes de contact pour vous faciliter la vie...

www.mc.be

Sur notre site vous retrouverez une série d'informations thématiques sur la MC. De plus, vous pouvez vous connecter à "Mon dossier" et y suivre vos remboursements en ligne, commander des vignettes, votre carte CEAM... Un outil à découvrir.

Boîtes "M-Express"

Ne faites plus la file en agence pour vos remboursements. En glissant vos attestations de soins dans nos boîtes vertes, vous avez la certitude d'être remboursé dans les plus brefs délais. Elles sont relevées quotidiennement et sont traitées dans un maximum de trois jours ouvrables.

Centre d'appels régional

Un conseiller au bout du fil quand vous ne savez pas vous déplacer jusqu'à l'un de nos points de contact, c'est possible. En composant le 087/30.51.11, vous pourrez avoir une réponse à toutes vos questions comme si vous étiez en agence (du lundi au vendredi de 8h30 à 18h).

Contact par mail

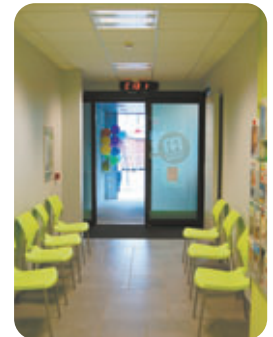
L'adresse verviers@mc.be est à votre disposition pour toutes vos demandes.

Numéro gratuit

Pour toute question générale sur les avantages et services de la MC composez le numéro gratuit 0800/10 9 8 7.

Nouveauté

Suite à ce premier contact, vous serez recontacté dans les délais les plus brefs par un de nos collaborateurs pour fixer ensemble un rendez-vous et vous indiquer les éventuels documents à emporter le jour de votre rencontre."



Ça s'est passé

Une belle mobilisation au Relais pour la Vie !

Vous avez été nombreux à vous mobiliser pour le Relais pour la Vie les 1^{er} et 2 juin dernier au Stade Bielmont à Verviers. Les organisateurs avaient l'objectif de rassembler 88.888 euros, et repartent avec un bas de laine de plus de 100.000 euros pour financer la recherche contre le cancer. Un beau coup de pouce à la recherche et un grand pied de nez à la maladie.

belle cause. Notre slogan vise juste : "la solidarité c'est bon pour la santé". Vous venez encore de le

démontrer. Rendez-vous donc pour la prochaine édition.



Merci à tous ceux qui ont donné de leur temps, de l'énergie et de la bonne humeur pour soutenir cette

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

Gros plan sur...

Fin des études, mode d'emploi

Les jeunes qui terminent leurs études vont maintenant démarrer un job d'étudiant, un stage d'insertion professionnelle, des vacances bien méritées... ou leur premier emploi. Dans tous les cas, certaines formalités sont à effectuer.

A la fin du stage d'insertion professionnelle (anciennement stage d'attente), le jeune doit introduire une demande d'allocations d'attente auprès d'un organisme de paiement (un syndicat comme la CSC ou bien auprès de la CAPAC). Certaines conditions doivent être remplies pour avoir droit à ces allocations, comme le droit de ne plus être soumis à l'obligation scolaire et avoir atteint un certain niveau de formation. Il faut aussi avoir moins de 29 ans au moment de l'inscription comme demandeur d'emploi. Le montant de ces allocations d'attente dépendra de l'âge et de la situation familiale.

s'inscrire en tant que titulaire auprès de la mutualité pour continuer à être couvert par l'assurance soins de santé obligatoire.

Attention, s'il a trouvé du travail, dès son entrée en fonction, il doit avertir la mutualité afin de s'inscrire en tant que titulaire. S'il s'inscrit comme indépendant, une réglementation spécifique est d'application. Il doit bien entendu s'inscrire auprès d'une mutualité mais également auprès d'une caisse d'assurances sociales.

Quelle que soit sa situation, son inscription à la Mutualité chrétienne lui permettra d'avoir accès à tous les remboursements, les avantages et les services dont il a besoin !

La MC : que des avantages...

En étant membre de la MC, les services et avantages sont nombreux :

Jusqu'à 25 ans, si le jeune poursuit ses études, ou durant sa période d'attente, il peut rester comme personne à charge de ses parents.

L'inscription à la mutualité

Jusqu'à 25 ans, si le jeune poursuit ses études, ou durant sa période d'attente, il peut rester comme personne à charge de ses parents. Mais dès qu'il commence à percevoir des allocations de chômage ou à travailler, il doit



- > 40 EUR par an de remboursement pour la pratique régulière d'un sport ou des séances de diététique
- > 40 EUR par an de remboursement pour la contraception
- > 70 EUR par an de remboursement pour votre bien-être : ostéopathie, chiropraxie, psychologie, acupuncture et kinésithérapie
- > de nombreuses interventions pour l'optique, l'homéopathie...
- > une assurance hospitalisation "Hospi Solidaire" sans supplément de cotisation
- > ...

Infos complémentaires au numéro gratuit 0800 10 9 8 7 ou dans l'une de nos agences. Plus d'infos sur le stage d'insertion professionnelle et les allocations d'insertion sur www.onem.be ou auprès d'un organisme de paiement (CSC, CAPAC...)

MOUVEMENTS

Bougez, la vie commence à 50 ans!



Être bien dans son corps et dans sa tête pour être mieux avec soi-même et avec les autres, c'est ce que le groupe SPORTS-SENIORS PLATEAU vous propose depuis 25 ans. Une gamme variée d'activités adaptées aux souhaits et à la condition physique de chacun : activités physiques, culturelles ou de détente et de remise en forme dans un cadre agréable.

- Le sport sans compétition où la convivialité est présente à chaque rencontre.
- Des animateurs qualifiés pour travailler en toute sécurité, une assurance RC + frais médicaux.
- Une bonne méthode pour prévenir les accrocs de santé, garder son tonus et rester autonome le plus longtemps possible et ce en se faisant de nouveaux amis.

>> LES ACTIVITES VACANCES 2013

- Gymnastique** : le lundi de 15h30 à 16h30 à Battice
- Aquagym** : Le mardi de 18h15 à 19h et le jeudi de 9h45 à 10h30
- Net-Volley** : le lundi de 13h30 à 15h30 et le jeudi de 9h30 à 11h30
- Pétanque** : Le mardi et le jeudi de 14h à 16h30 sauf mauvais temps (contact : Ernest Denooz: 087/67.58.73)
- Tennis de table** : le lundi de 13h30 à 15h30 et le jeudi de 13h30 à 15h30

>> PROGRAMME ACTIVITES DE JUILLET A SEPTEMBRE 2013

- **Mardi 2 juillet** : Excursion "l'OMMEGANG" à Bruxelles. Inscriptions: J. Ernst (087/66.06.64 ou 0478/97.83.38)
- **Jeudi 4 juillet** : balade pédestre à La Gilleppe (marches nordique et classique). Infos : A. Charlier (04/376.66.94)
- **Samedi 6 juillet** : Balade vélo au Sud-Limbourg hollandais. Contact : M. et Mme Fafchamps-Rogister (087/54.10.81) ou G. Rogister (087/68.70.94)
- **Jeudi 11 juillet** : balade au domaine Enduro à Bilstain. Infos : A. Charlier (04/376.66.94)
- **Mercredi 17 juillet** : marches classique et nordique à Hombourg. Infos : A. Charlier (04/376.66.94)
- **Jeudi 25 juillet** : marches classique et nordique à Rémersdael. Infos : A. Charlier (04/376.66.94)
- **Samedi 27 juillet** : Balade vélo à Amay. Contact : E. Hupperts (087/77.68.61 ou 0476/59.25.02)
- **Jeudi 1^{er} août** : marches classique et nordique à Battice. Renseignements : A.Charlier(04/376.66.94)
- **Samedi 3 août** : Visite d'entreprise "Producteurs du pays de Herve". Inscriptions : Mme Barla (087/67.53.38)
- **Jeudi 8 août** à 18h : marches nordique et classique à "La ferme des Beaux-Monts" à Charneux. Infos : A. Charlier (04/376.66.94)
- **Jeudi 15 août** : Balade urbaine à Maastricht
- **Samedi 17 août** : Balade vélo à Heers. Contact : E. Hupperts (087/77.68.61 ou 0476/59.25.02)
- **Mardi 20 août** : golf à la ferme et/ou barbecue à Teuven. Infos et inscription obligatoire à partir du 1er août. Renseignements : renee.lejeune50@yahoo.fr ou A. Charlier (04/376.66.94)
- **Mercredi 21 août** : Balade aux Etangs de la Julienne. Renseignements : A. Charlier (04/376.66.94)
- **Jeudi 29 août** : marches classique et nordique à Aubel. Renseignements : A. Charlier (04/376.66.94)
- **Vendredi 30 août** : La Nuit Des Chœurs à Villers-la Ville. Inscriptions : Mme Vanderheyden (087/67.48.32 ou marvanderheyden@ucplateau.be)

Comment s'inscrire à la MC ?

Rien de plus simple !

Selon votre choix, plusieurs possibilités s'offrent à vous :

- > Soit vous vous rendez dans l'un de nos points de contacts (liste sur www.mc.be) et rencontrez l'un de nos conseillers mutualistes. Ça ne vous prendra que quelques minutes.
- > Soit vous le faites directement sur notre site Internet (www.mc.be - région "Verviers-Eupen", rubrique "Devenir membre").
- > Soit vous nous envoyez un e-mail à "verviers@mc.be" et nous vous ferons parvenir les documents nécessaires. Quelle que soit la méthode choisie, nous serons à vos côtés.
- > Soit vous prenez rendez-vous en nous contactant au 0800 10 9 8 7 ou au 087 30 51 11

Modes d'emploi

Pour aider les jeunes dans leurs différentes démarches administratives, Jeunesse & Santé a élaboré différentes brochures :

- "La Mutu, mode d'emploi"
- "18 ans et après, mode d'emploi"
- "Bientôt chez moi, mode d'emploi"

Ces brochures sont remplies de conseils pertinents et utiles à l'approche de ces carrefours de choix et d'orientation : Ou en est-il de mes allocations familiales ? Puis-je bénéficier d'allocations de chômage ? Dois-je m'inscrire dans une mutualité ? Si je trouve du travail, que dois-je faire ? Puis-je accepter un job d'étudiant ? Quel est le fonctionnement de la sécurité sociale ? Comment trouver un emploi ? Comment gérer au mieux son budget ? Quelles sont les aides sociales ? Comment s'assurer et assurer ses biens ? Envie de construire une famille? ...

Bref, quelles démarches doit-on réaliser après ses études et quand? Comment quitter le cocon familial dans les meilleures conditions ?

Ces brochures sont disponibles au numéro gratuit 0800 10 9 8 7 ou via verviers@mc.be.



INDEMNITES

Vous êtes en incapacité de travail et souhaitez prendre des vacances ?

C'est évidemment possible, moyennant le respect de quelques règles simples. A savoir :

- > Si vous partez en Europe : informez le médecin-conseil de vos dates et lieu de séjour avant de partir.
- > Si vous partez hors Europe : un accord du médecin-conseil est nécessaire (sous peine de perdre votre droit aux indemnités). Contactez donc à temps notre secrétariat médical pour leur donner les lieux et dates de séjour. Dans ce cas, la durée maximale autorisée par la loi est de 6 semaines.

