

PRÉVENTION

Des casques antibruit pour les bambins

/// Depuis l'année passée, la MC met à disposition gratuitement des casques antibruit pour les enfants afin d'éviter d'abîmer les oreilles des bambins tout en profitant pleinement des festivals de l'été en famille. La MC sera entre autres présente à LaSemo, à Esperanzah... Si vous allez régulièrement à des festivals avec vos enfants, il est plus que préférable de protéger leurs oreilles si fragiles avec un casque antibruit de qualité. En tant que membre MC, vous pouvez acheter les casques 3M Peltor Kid dans les magasins Qualias au prix préférentiel de 23,40 EUR (10% de réduction). Découvrez tous nos conseils sur la prévention de l'ouïe sur [www.mc.be/eclatetoi](http://www.mc.be/eclatetoi)

Les magasins Qualias de votre région

- Qualias Nivelles : 56 bd des Archers, 067/89.36.81
- Qualias Jodoigne : 5 rue de la Bruyère, 010/86.09.07
- Qualias Court-st-Etienne : 1 avenue des Métallurgistes, 010/61 85 04

AGENDA

Congés d'été

/// Durant l'été, certaines permanences seront fermées.

Agences mutualistes

- Louvain-la-Neuve : du 29 juillet au 2 août
- Jodoigne : du 29 juillet au 2 août
- Court-Saint-Etienne : du 5 au 9 août
- Waterloo : du 12 au 23 août
- Rixensart : du 19 au 30 août
- Perwez : les vendredis 19 et 26 août
- Mutubus : du 15 au 19 juillet et du 5 au 16 août.

En raison des fêtes de l'Assomption, nos agences seront fermées les 15 et 16 août.

Service social

- Waterloo : les 15, 22 et 29 juillet
- Tubize : les 16, 23 et 30 juillet
- LLN : les 15, 22 et 29 juillet
- Rixensart : les 15, 22 et 29 juillet
- Perwez : les 17, 24 et 31 juillet
- Jodoigne : les 19 et 26 juillet
- Braine : les 12, 19 et 26 juillet

Qualias

/// Le magasin Qualias de Jodoigne fermera du 22 juillet au 4 août. Les magasins Qualias de Jodoigne, de Court-St-Etienne et de Nivelles seront fermés les 15, 16 et 17 août (Assomption).

Service Pensions

/// Le service Pensions sera fermé du lundi 15 juillet au vendredi 2 août. Durant cette période les permanences de Nivelles (les mardis après-midi et les jeudis matin), Perwez (le lundi 22 juillet) et de Wavre (le lundi 22 juillet) sont donc fermées.

CONSEIL

Vacances et incapacité de travail

/// Vous êtes en incapacité de travail ? Attention, vous devez effectuer certaines démarches vis-à-vis du médecin conseil ! Si vous êtes en incapacité de travail, vous devez prévenir le médecin conseil lorsque vous désirez partir en vacances dans un pays de l'Union européenne. Si vous vous rendez dans un autre pays, vous devrez obtenir, avant votre départ, l'autorisation du médecin-conseil de votre mutualité. Pour ce faire, vous pouvez envoyer un mail à [brabant.wallon@mc.be](mailto:brabant.wallon@mc.be), un fax au 067/22.19.02 ou contacter la mutualité au 067/89.36.36. Si vous tombez en incapacité de travail durant un séjour à l'étranger et êtes incapable de reprendre le travail le jour prévu, vous devez le signaler à la mutualité qui vous donnera alors la marche à suivre. Vous pourrez, si nécessaire, obtenir le numéro de téléphone de votre mutualité via la Centrale d'alarme Mutas (0032 2 272 09 00).

Mutualité chrétienne Brabant Wallon

54 Bd des Archers, 1400 Nivelles  
Éditeur responsable : Frédéric Possemiers  
Fax : 067/21.42.69  
E-mail : [brabant.wallon@mc.be](mailto:brabant.wallon@mc.be) - [www.mc.be](http://www.mc.be)

Tél. 067 89 36 36

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

Gros plan sur

Les pieds dans le sable avec la MC



Comme l'an passé, la Mutualité chrétienne du Brabant wallon sera présente à Louvain-La-Plage. Il s'agit d'un espace de détente, gratuit et accessible à tous sur la Grand Place de Louvain-la-Neuve. A cette occasion, la MC proposera des activités "familles" durant cinq après-midi.

L'été, c'est l'occasion de prendre du bon temps, de s'offrir une petite sieste au soleil sur le temps de midi, de jouer avec ses enfants, de prendre un verre en terrasse... Et à cet égard, Louvain-La-Plage, c'est génial. Tout le monde y trouve son compte : jeux de plage, transat, terrasse... Alors, n'hésitez pas, si vous habitez dans le coin, passez-y ! Depuis plusieurs années, la MC est partenaire de ce projet et y propose diverses activités ludiques et familiales. Nouveauté cette année, nous serons présents lors de cinq après-midis thématiques organisées par la MC et les mouvements J&S et Altéo.

Journée "famille"

Le samedi 13 juillet, nous vous attendons toutes et tous avec vos enfants (et leurs vélos) sur la Grand Place de Louvain-la-Neuve ! Plusieurs activités spécifiques vous seront proposées sur le thème du vélo et de la mobilité douce. Et, bien sûr, vous pourrez profiter de toute l'infrastructure de Louvain-La-Plage pour vous détendre : frisbee, pétanque, château de sable, trampoline, toboggan, beach-volley...

Au programme :

- De 13h à 17h : Distribution des casques vélos aux enfants MC de 6 ans minimum sur présentation du bon à valoir (stand MC).
- De 13h à 17h : "Pimp my casque" : personnalisation et décoration des casques vélo (stand MC : venir avec son casque).
- A 15h : Départ de la balade à vélo pour les enfants. (organisée par Jeunesse & Santé, venir avec son vélo).
- De 13h à 15h : Parcours d'habileté vélo pour les enfants. (organisée par Jeunesse & Santé, venir avec son vélo).
- De 13h à 15h : Stand du GRACQ Ottignies.



Bon à savoir

Durant toute la durée de Louvain-La-Plage, notre service de promotion de la santé, Infor Santé, proposera un stand de prévention sur les dangers du soleil. Près du chalet de l'organisateur, vous pourrez trouver un display avec des produits solaires mis gratuitement à votre disposition ainsi qu'un dépliant d'information. En effet, de nombreuses informations, souvent erronées, circulent à propos des bienfaits du soleil ou de ses dangers. Si le soleil est bénéfique pour notre santé, il peut aussi avoir des effets néfastes à long terme.

Journée cirque

Le samedi 20 juillet, l'Ecole du Cirque de Gembloux proposera aux enfants de découvrir l'univers de la jonglerie, de l'équilibre... et de s'initier aux techniques du cirque. Ils auront aussi l'occasion de se faire grimer par les animateurs de J&S. Activités de 13h à 16h.

"Les pirates envahissent la plage"

Le mardi 23 juillet, les animateurs de J&S proposeront aux enfants de faire un grand jeu tout ensemble (12h-16h). Ambiance garantie. Du grimage est aussi prévu.

Journée "escalade"

Le samedi 27 juillet, les enfants pourront profiter, sur le site, d'un mur d'escalade sécurisé. Ils pourront aussi se faire grimer par les animateurs J&S.

- Durant ces cinq journées, les enfants de 6 ans, affiliés à la MC, qui ont reçu leur bon à valoir, pourront venir chercher leur casque au stand MC.
- Toutes ces activités sont gratuites ! Venez nombreux profiter du soleil en toute sécurité et surtout vous amuser avec nous.

En partenariat avec l'asbl Gestion Centre Ville d'Ottignies Louvain-la-Neuve  
Informations : Infor Santé, 067/89.36.87

Quelques règles simples

Pour éviter les soucis, il suffit de respecter quelques règles de prudence :

- Evitez la surexposition et les coups de soleil qui augmentent le risque de développer un cancer de la peau.
- Evitez le soleil quand il est au zénith. Le rayonnement est le plus intense pendant les heures autour du midi solaire (entre 12h et 16h en heure d'été).
- Portez des vêtements et des accessoires protecteurs: vêtements amples, chapeau à larges bords, lunettes de soleil.
- Adoptez le bon usage des produits solaires. Choisissez un produit adapté à votre type de peau et aux conditions d'exposition, qui protège contre les UVA et les UVB ; appliquez votre produit solaire généreusement et réappliquez-le fréquemment ; associez d'autres moyens de protection aux produits solaires car ils n'offrent jamais une protection totale ; les produits solaires ne doivent pas servir à prolonger l'exposition.



Protégez vos enfants avec vêtements, chapeau, lunettes de soleil et produit solaire : les expositions prolongées et les coups de soleil fréquents dans l'enfance ont une incidence sur le développement des cancers de la peau des années plus tard.

Les bébés de moins d'un an devraient toujours rester à l'ombre : les dermatologues recommandent que les bébés ne soient pas exposés à la lumière directe du soleil pendant les douze premiers mois.

Santé

# La clinique Saint Pierre inaugure ses nouveaux locaux

En ce mois de juin, la clinique Saint-Pierre ouvre les portes des nouveaux services de gynécologie, endoscopie et urgences.

Pour rappel, il s'agit, à présent, de la troisième phase du plan global de rénovation entamé il y a maintenant plusieurs années. Une première phase a eu lieu de 2005 à 2010 avec la rénovation des chambres et staffs infirmiers. La deuxième phase a été entamée dès 2007 et a permis la construction d'une nouvelle aile permettant à une douzaine de disciplines de disposer de nouveaux locaux pour les consultations (sénologie, médecine nucléaire et radiothérapie et un nouveau pavillon pour le service de Psychiatrie).

Enfin, la troisième phase démarrée en 2010 lors du déménagement des 12 disciplines transférées à l'aile 800 : rénovation des locaux libérés et agrandissement des surfaces disponibles pour les autres disciplines.

De par sa position, la clinique Saint-Pierre accueille un nombre impressionnant d'urgences (la barre des quarante mille visites a été franchie en 2012).

De nouveaux locaux

En ce mois de juin, la Clinique Saint Pierre ouvre donc les portes des nouveaux services de

Gynécologie qui dispose maintenant de sept cabinets de consulta-

tions et d'un cabinet de consultation en urgence, tous équipés d'un appareil d'échographie. Par ailleurs, on y trouve également deux locaux d'échographie équipés de matériel à la pointe ainsi qu'un double local de monitoring obstétrical.

- **Endoscopie** multidisciplinaire qui dispose de nouveaux locaux d'accueil et de consultation, de deux salles d'endoscopie entièrement équipées et adaptées aux examens sous anesthésie, dédiées à l'endoscopie des voies digestives et respiratoires, d'une salle consacrée aux examens fonctionnels et d'une salle entièrement destinée à l'urologie. Un vaste espace est consacré à la prémédication et au repos pouvant accueillir huit patients.

- **Urgences** : de par sa position, la clinique Saint-Pierre accueille un nombre impressionnant d'urgences (la barre des quarante mille visites a été franchie en 2012, soit près de cent dix patients quotidiennement avec des "pointes" à cent cinquante patients



/jour). La nouvelle zone désormais affectée à cette activité, plus de deux fois plus grande qu'antérieurement, a fait l'objet de réflexions importantes des équipes médicales et soignantes poussant à une réorganisation complète de la prise en charge du patient.

Il s'agit là d'une amélioration notable dans l'offre de services hospitaliers dans notre province du Brabant wallon.

Renseignements : Clinique Saint-Pierre, Avenue reine Fabiola, 9, 1340 Ottignies, 010/43.72.11, infoadmin@clinique-saint-pierre.be

FESTIVAL

## La MC au Jyva'Zik

Né en 2007, ce festival poursuit son développement et innove chaque année. La MC y sera présente le samedi 24 août et distribuera des bouchons d'oreille.



Grand changement pour 2013 : le festival déménage à Court-St-Etienne, au Parc à Mitrailles. Le vendredi accueille un nouveau projet et prend la direction des années 1920-30, période de la prohibition et des cabarets sauvages. La grande scène accueillera des formations musicales qui mélangent sonorités d'antan et musique actuelle, tandis que cinq espaces "salon" proposeront des animations en lien avec le thème du festival durant les changements de plateau.

Un espace destiné aux enfants est également prévu avec des animations adaptées.

Dates : les 23 et 24 août  
Lieu : Court-St-Etienne, Parc à Mitrailles  
Infos et programme: [www.jyvazik.be](http://www.jyvazik.be)

>> Des bouchons d'oreille

La Mutualité chrétienne sera présente sur le site et, dans le cadre d'une campagne de promotion de la santé, distribuera des bouchons d'oreilles réutilisables. Pour les moins de huit ans, des casques antibruit seront disponibles gratuitement stand MC.

>> 10 x 2 tickets d'un jour à gagner!

La Mutualité chrétienne du BW est partenaire du Jyva'Zik et offre 10 x 2 tickets d'un jour. Rendez-vous sur [www.mc.be](http://www.mc.be) (rubrique actualité à partir du 8 juillet) et tentez votre chance avant le 15 août.

Jeunes

# Deviens animateur à Jeunesse & Santé !



L'asbl Jeunesse & Santé, partenaire de la Mutualité chrétienne, organise des séjours de vacances et des stages non-résidentiels pour enfants et adolescents. Pour leur offrir un encadrement et des animations de qualité, J&S organise une formation indispensable pour tout jeune qui souhaiterait devenir animateur.

Inscrivez vos ados !

Animer ce n'est pas simplement assurer une garderie, c'est apprendre des choses aux enfants, c'est les rendre heureux en les respectant et en leur proposant des activités créatives. Devenir animateur, c'est aussi gérer des projets d'animation tout en développant son esprit critique et sa capacité d'adaptation.

La formation que J&S organise donne accès (après, cela va de soi, une évaluation positive) à un brevet reconnu par la Fédération Wallonie-Bruxelles (Communauté française). Il y a donc des conditions à respecter. Pour commencer, il faut avoir seize ans accomplis au début de la formation. Ensuite, s'engager pour deux années de stages théoriques et pratiques. Mais ce qui te paraît comme une longue période aujourd'hui semble passer à une vitesse folle lorsque le cursus est entamé : une aventure dont le jeune se souviendra toute sa vie (selon les dires d'animateurs brevetés depuis plus de 20 ans)!

Comment ça marche?

En premier lieu, il y a une formation théorique de deux fois cinq jours en

résidentiel durant les vacances de Toussaint et de carnaval. Au menu : des modules de formation (grands jeux, veillées, sports, bricolage, psychologie de l'enfant, sécurité...) pour lesquels le jeune recevra de la théorie à mettre en pratique avec ses comparses.

Ensuite, après une journée de préparation de l'été, le jeune est invité à participer à un stage pratique (résidentiel ou non). Il pourra y encadrer des enfants de tous âges. Une journée d'évaluation sera organisée après celui-ci afin de permettre de progresser.

Arrive alors la deuxième année et on est reparti pour deux fois cinq jours de formation théorique. Nous proposons des techniques d'animation plus pointues, une plus grande autonomie, une réflexion plus poussée sur le rôle de l'animateur, sur la relation avec l'enfant. C'est donc une préparation pour le deuxième stage au terme duquel, si tous les objectifs sont atteints, le jeune deviendra un animateur breveté.

Et après?

Se former à Jeunesse & Santé c'est aussi faire partie d'une association de

jeunes créée par et pour des jeunes, dans le souci de promouvoir leur bien-être. Ainsi, ceux qui la composent décident de ses priorités. Selon les souhaits : activités sportives, ludiques, cellules de réflexion, soirées de retrouvailles et encore bien d'autres activités seront proposées. Alors, n'hésitez plus et contactez J&S Brabant wallon! Attention, dans un but de qualité, les places sont limitées. Début des inscriptions : Le lundi 8 juillet.

Renseignements complémentaires : Jeunesse & Santé Brabant wallon, [jstbw@mc.be](http://jstbw@mc.be), 067/89.36.45



MOBILITÉ EN BRABANT WALLON

## 65 ans et plus ? Demandez l'abonnement Horizon +

A partir du 1<sup>er</sup> juillet, finie la gratuité : le bus passe à 36 EUR par an. Les anciens abonnements 65+ ne seront plus acceptés sur le réseau du TEC. Ne tardez donc pas à effectuer la démarche pour obtenir le nouvel abonnement "Horizon+".

>> Quelle démarche ?

Votre abonnement sera constitué de deux parties : une carte d'identification et un ticket de validation.

Pour créer la carte d'identification, plusieurs options s'offrent à vous :

- > Remplissez le formulaire en ligne sur [www.infotec.be](http://www.infotec.be) et joignez-y une copie recto-verso de votre carte d'identité
- > Rendez-vous dans un point de vente du TEC avec votre carte d'identité électronique et une photo d'identité
- > Demandez le formulaire par téléphone (pour le BW : 010/23.53.53) et renvoyez-le au TEC avec une copie recto-verso de votre carte d'identité et une photo d'identité récente.

Il vous reste alors à payer votre ticket de validation (36 EUR/an) dans l'un des points de vente du TEC, ou par virement bancaire.

>> Vous bénéficiez d'un statut BIM/OMNIO ?

Alors, si vous avez plus de 65 ans, l'abonnement Horizon + est gratuit. Il vous suffit de suivre la démarche ci-dessus et de joindre à la demande une copie de la carte d'intervention majorée délivrée gratuitement par la SNCB.

Renseignements complémentaires : TEC Brabant wallon, 010/23.53.53 ou Mobilité en BW, 010 /88.13.13