

SOLIDARITÉ

Envie d'offrir un café à quelqu'un qui en a besoin ?

/// Vous avez peut-être déjà entendu parler des "cafés suspendus" ou "cafés en attente" : Deux personnes entrent dans un établissement et commandent cinq cafés, dont trois "en attente". Une autre personne, seule, arrive, demande deux sandwiches et pourtant n'en reçoit qu'un, car pour l'autre, elle a demandé de le "suspendre".



Plus tard, un sans-abri pousse la porte : "Avez-vous quelque chose en attente ? Un café suspendu ?" Comme on lui répond positivement, il s'attable et on lui apporte... le sandwich et un des cafés qui étaient "suspendus".

>> Une idée qui fait le tour du monde

Ce principe est tout à fait courant à Naples, où est née l'initiative. Depuis, elle a fait des petits et se répand plus au Nord, en France, et maintenant en Belgique - mais aussi en Australie, au Canada, en Ukraine... Il faut dire que l'idée est séduisante : pour les personnes qui craignent de donner de l'argent à un mendiant, de peur que cet argent serve à acheter de l'alcool, par exemple, ce système permet d'être sûr de ce qu'on offre.



De plus en plus de cafetiers et de commerçants, commencent à connaître le principe des cafés suspendus. Des initiatives ont déjà vu le jour à Liège et Verviers notamment, mais les initiatives plus locales existent également. C'est également avec le bouche-à-oreille et les réseaux sociaux qu'il gagne du terrain. Pour que cela fonctionne, il faut en parler autour de soi, aux cafetiers, aux sans-abris, et puis surtout le mettre en pratique.

>> Pratiquement, comment ça marche ?

D'un point de vue pratique, chaque établissement s'organise à sa façon : l'un affichera sur un tableau les consommations suspendues, l'autre vous fournira un ticket à remettre à un sans-abri pour qu'il puisse bénéficier de votre geste.

Notez que ça ne se limite pas au café : cela peut concerner d'autres boissons aussi, et même des repas si le cœur vous en dit. A Liège, il est même possible d'offrir "une frite suspendue" ! C'est valable également pour les cornets de pâtes par exemple. A vous de prendre l'initiative et d'en toucher un mot aux commerçants qui ne seraient pas encore au courant. La symbolique est de commander double et de consommer simple (un café pour moi, un pour la personne démunie) mais vous pouvez bien sûr étendre votre générosité à plusieurs, ou à l'inverse, pour cinq portions achetées, n'en offrir qu'une. A chacun selon ses moyens : le geste est beau de toute façon.

AURELIA JANE LEE

A votre service

Passer la porte du service social

Les raisons de s'adresser au service social sont nombreuses et variées. A toute étape de la vie, des questions se posent. Des professionnels peuvent vous accompagner et vous aider à y répondre.

Vous avez des problèmes de santé ?

Vous cherchez des informations et des conseils ?

Vous recherchez un lieu d'écoute, d'accompagnement ? Vous éprouvez des difficultés à faire valoir vos droits aux allocations familiales, allocations pour personnes handicapées, avantages sociaux...

Autant d'occasions qui peuvent vous amener à passer la porte d'un service social.

Notre service social, c'est toute une équipe pour vous informer, vous écouter, vous conseiller, vous accompagner dans les moments difficiles.

Des permanences, gratuites et accessibles à tous, sont organisées sur tout notre territoire :

A Verviers

Nous recevons tous les matins de 9h à 12h30 • 25-29 rue Laoureux

- Lundi matin : Françoise Sonkes et Martine Hardy
- Mardi matin : Françoise Sonkes
- Mercredi matin : Valérie Marichal
- Jeudi matin : Laura Schoonbrodt
- Vendredi matin : Martine Hardy

A Spa

- Mardi Matin : Martine Hardy
10 place du Monument

A Aubel

Jeudi matin : Frédérique Lansival
26 rue de Battice • 087/68.10.57

A Eupen

Mercredi matin : Laura Schoonbrodt
26 Klosterstraße • 087/59.61.18

A Herve

Mercredi matin : Frédérique Lansival
28 rue de la Station • 087/69.29.28

A Kelmis/La Calamine

Jeudi matin : Valérie Meessen :
32 place de l'Eglise • 087/32.43.36

A Raeren

Mardi matin : Monique Kessler
53 Hauptstraße • 087/85.20.10

A Welkenraedt

Mardi matin : Valérie Meessen
Vendredi Matin : Josiane Veneziano
2 place de la Gare • 087/89.08.22

A Bullange/Büllingen

Mardi matin : Nathalie Jenniges
28 Hauptstraße • 080/64.26.20

A Malmedy

Jeudi matin : Valérie Marichal
3 rue Malgrave • 080/77.15.77

A St. Vith

Vendredi matin : Nathalie Jenniges
3 Büchelstraße • 080/22.17.67



A Stavelot

Mercredi matin : Agnes Jamar
7 place Prume • 080/88.01.78

Il est également possible d'être reçu sur rendez-vous et les personnes qui ne savent pas se déplacer peuvent recevoir la visite de l'assistante sociale à leur domicile.

Vous pouvez nous contacter par téléphone ou par mail : 087/30.51.11 • social.verviers@mc.be

Service pension

A quel âge puis-je prendre ma pension ? Où introduire ma demande ? Puis-je avoir un calcul prévisionnel ? Ma carrière est-elle suffisante ? Je suis séparé(e) ou divorcé(e), quels sont mes droits ? Puis-je encore travailler après ma prise de pension ?

Que choisir ? Retraite anticipée ou pension ?

Le service pension est à votre disposition pour vous informer sur vos droits, pour vous aider à constituer et à suivre votre dossier, pour défendre

vos intérêts... Mesdames Veneziano et Grodos assurent une permanence pension les mardi et jeudi matin à Verviers de 9h à 12h30 et reçoivent sur rendez-vous dans les autres agences : 087/30.51.27

BANDAGISTERIE • MATÉRIEL D'AIDE & DE SOINS

Pantoufles de confort

Ces pantoufles de confort (thérapeutiques, de réadaptation ou pour personnes diabétiques) sont indiquées pour les pieds avec ou sans pansement, gonflés ou douloureux..

Caractéristiques :

- > fermeture au coup de pied et au talon pour un réglage maximal et une mise en place facile
- > espace supplémentaire aux orteils
- > semelle antidérapante
- > tissu flexible, confortable et antibactérien
- > lavable et excellente tenue

Prix de vente habituel : 80 euros (modèle bas) et 90 euros (modèle haut). Remise de 20% 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.
• Kirchstraße 39B à 4700 Eupen - 087/88.17.15.
www.solival.net

Offre valable jusqu'au 19 Février 2014.

Bientôt nos magasins Solival s'appelleront Qualias !



Défense des membres

Madame Valérie Meessen assure également le service "défense des membres" (accidents médicaux) en collaboration avec notre service juridique.

Elle reçoit sur rendez-vous à Verviers le lundi : 087/30.51.16

Nous collaborons également avec :

Le service Qualias

Pour tout le volet location de matériel sanitaire et d'aide à la mobilité : 087/30.51.26 • qualias_verviers@mc.be



Solival adaptation du domicile

Nos ergothérapeutes se rendent gratuitement à domicile pour évaluer les



adaptations nécessaires et possibles de votre logement. Votre autonomie sera maintenue voire développée.

ASD : aides et soins à domicile

Soins infirmiers, aides familiales, aides ménagères et gardes malades, ouvriers polyvalents, ... 087/32.90.90 En communauté germanophone, notre partenaire est Familienhilfe.



Achat de matériel :

Pour le volet achat de matériel sanitaire vous pouvez joindre notre magasin à Eupen : 087/88.1715 • eupen@solival.net



Envie de dévaler les pistes de ski pendant tes vacances scolaires ?

Des séjours au ski pour les 14-18 ans à petits prix. Découvrez-les vite dans notre brochure hiver !

Que tu sois débutant ou chevronné, grâce à des moniteurs qualifiés, tu auras le plaisir de t'initier à la pratique du ski. Après la journée consacrée au sport, des animateurs brevetés de J&S se chargeront de te concocter des animations variées.

*Valmeinier

du 1^{er} au 8 mars
(vacances de Carnaval)
pour les ados entre 15 et 18 ans
(nés entre 1996 et 1999)

Aux portes de l'Italie, station dernière génération, Valmeinier s'offre à toi ! Pars à la découverte de ce véritable terrain de jeu de sports d'hiver. Viens t'éclater avec tes skis sur ses 150 km de pistes balisées sur 4 versants. Tu seras accueilli dans l'hôtel "Junior" à l'entrée du village de Valmeinier 1800, à proximité des remontées mécaniques.



	*VALMEINIER DU 1/03 AU 08/03	*ORCIÈRES DU 05/04 AU 13/04
POUR LES MEMBRES MC	695 EUR	505 EUR
POUR LES BÉNÉFICIAIRES DE L'INTERVENTION MAJORÉE (BIM)	360 EUR	262.50 EUR
POUR LES NON-MEMBRES	815 EUR	755 EUR

Le prix comprend le trajet en car, la pension complète sur place, la location de matériel, le ski-pass, 4h de ski/jour avec des moniteurs brevetés ainsi que l'encadrement et les animations "made in J&S" !

cette superbe station moderne "certifiée qualité" pour la sécurité, la fiabilité et la disponibilité de ses remontées mécaniques ! Située au cœur des Hautes Alpes, Orcières

1850 te propose plus de 100 km de pistes, de 1850 à 2725 mètres d'altitude. Tu logeras au village club "L'Aiguille".

*Orcières

du 5 au 13 avril
(vacances de Printemps)
pour les jeunes de 14 ans
(nés en 2000)

Glisse, animations et ambiance**** au rendez-vous ! Viens découvrir

Tu désires t'inscrire à un séjour ? Rien de plus facile !

Utilise le bulletin joint à la brochure, remplis-le lisiblement et renvoie-le à la Mutualité chrétienne, Jeunesse & Santé, 25 - 29 rue Laoureux à 4800 Verviers.

Attention, ne tarde pas pour avoir un max de choix ! Lorsque ta demande sera enregistrée, nous t'enverrons une confirmation de cette inscription ainsi qu'un bulletin de versement pour l'acompte. L'inscription ne sera effective que lorsque nous serons en possession de cet acompte.

Se procurer la brochure :

- dans les différentes agences MC
- sur simple demande : 087/30.51.28 • jeunesseetsante@mc.be

Formation jeunes

Te former pour animer ? C'est possible avec Jeunesse & Santé !

Tu es né avant le 5 avril 1998 et tu as envie de découvrir le monde de l'animation ? Alors ceci est pour toi !

Animer des enfants, petits et grands, en plaine de jeux, en Belgique ou à l'étranger ? A pied, à cheval, à vélo ou à ski ? Rencontrer d'autres jeunes et partager des moments d'ambiance hors du commun ? Occuper tes vacances de manière active ? Tout cela est possible avec Jeunesse & Santé Verviers.

La formation d'animateur représente un atout personnel et professionnel. Durant deux ans, tu participes à une session de formation pendant les vacances de printemps, ainsi qu'à un stage en plaine de jeux ou en camp pendant les grandes vacances. Dès ta première année, tu es animateur à J&S. Au terme de ta deuxième, tu reçois ton brevet d'animateur reconnu par la Fédération Wallonie-Bruxelles.

Ton brevet sera valable dans les autres organisations de jeunesse belges et étrangères. Mais surtout, il sera un avantage certain à placer sur ton CV.

Jeunesse & Santé (J&S pour les intimes), le service jeunesse associé à la MC, est un mouvement de plus de 150 animateurs brevetés et bénévoles qui s'investissent pour encadrer des activités plus extraordinaires les unes que les autres, le tout dans une ambiance de folie.

La prochaine session de formation se déroulera du 5 au 12 avril.



Tu es intéressé ? Télécharge notre brochure sur le site www.jsverviers.be et renvoie vite ton bulletin d'inscription ! Ou demande-le par email à jeunesseetsante@mc.be ou en contactant le 087/30.51.13 à très vite !

MOUVEMENTS

Culture

///

>> Vous aimez les LEGO® ?

Au mois de mars, durant les vacances de carnaval, Enéo propose une sortie à Bruxelles avec vos petits-enfants !



Au programme, une exposition d'art unique en son genre : des œuvres créées avec des LEGO®, Art of the brick. Vous savez, ces petits rectangles en plastique de toutes les couleurs destinés

aux enfants ? Imaginez ce million de briques réparties sur plus de 60 objets recréant des œuvres d'art célèbres telles que le Penseur de Rodin ou la Vénus de Milo, mais également un dinosaure de 6 mètres de long ainsi que des personnages tout droit sortis de l'imagination de l'artiste, Nathan Sawaya.



Pour continuer la journée, nous vous proposons le Musée du Cacao et du Chocolat. Situé dans la magnifique maison classée De Valk construite en 1697, le musée vous propose un voyage au cœur du cacao, de la fève de cacao à la tablette. Nous aurons également le plaisir d'assister à une démonstration de fabrication de pralines réalisée par un maître chocolatier, sans oublier des dégustations !

En résumé, une journée pleine de découvertes pour les yeux et pour les papilles qui ravira petits et grands.

Date : le vendredi 7 mars

Prix : Comprend l'aller-retour en train au départ de Verviers-Central, l'entrée à l'exposition Art of The Brick et au Musée du Cacao et du Chocolat. Membre MC : 25 EUR par personne • Non membre : 30 EUR par personne • En ordre de cotisation Enéo 2014

Infos et inscriptions obligatoires au plus tard pour le lundi 24 février au bureau d'Enéo : 087/30.51.29 • eneo.verviers@mc.be

Société

///

>> Projet Consom'Acteur

Ciné-débat "Consommer plus de poisson est bon pour la santé, oui mais..."

Entre la surpêche, les problèmes de mercure retrouvé dans certains poissons, l'aquaculture est-elle une solution ? Existe-t-il un label de qualité et dans l'affirmative, comment le reconnaître ? Comment faire le "bon" choix dans ma consommation de poisson en tenant compte de ces contraintes de santé et d'environnement ?

Après avoir visionné des extraits de documentaires liés à cette problématique, nous essayerons, avec une animatrice du Li Cramignon, de répondre à ces questions.

Date : mardi 11 mars de 14h à 16h30

Lieu : Salle du réfectoire de la MC, 25-29 rue Laoureux à Verviers

Prix : 3 EUR pour les membres MC • 4 EUR pour les non membres •

En ordre de cotisation Enéo 2014
Inscription au plus tard pour le jeudi 6 mars au bureau d'Enéo : 087/30.51.29 • eneo.verviers@mc.be

Mutualité chrétienne de Verviers-Eupen

25-29 rue Laoureux à 4800 Verviers

Editrice responsable :

Valérie Notelaers, Directrice régionale

Coordination : Laurence Lecoq

Tél. : 087/30.51.11 • Fax : 087/30.51.10

E-mail : verviers@mc.be

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