

Gros plan sur

Le plein d'avantages "famille"

En 2014, avec ses deux nouveaux avantages (soins 0-18 ans 100% remboursés et Dento solidaire/Dento +), la MC Liège offre aux familles l'offre mutualiste la plus complète. Le 6 avril, sur une initiative de Jeunesse & Santé, elle vous invite gratuitement à la Journée famille organisée à la Caserne Fonck, à Liège. Au programme : concert d'André Borbé, animations et cadeaux !



Nouveautés

> Soins 0-18 ans 100% remboursés

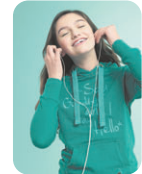
Remboursement de toutes les consultations de vos enfants de 0 à 18 ans selon le tarif officiel (généraliste, médecin spécialiste, orthodontiste, kiné, infirmier) grâce au dossier médical global (DMG).

Infos : www.mc.be/0-18ans • www.mc.be/dmg

> Dento solidaire

Une couverture des soins dentaires automatiquement comprise dans votre cotisation, sans supplément et pour toute la famille.

Sans questionnaire médical, sans limite d'âge, sans franchise et sans stage d'attente.



En plus des soins dentaires préventifs et curatifs 100% remboursés jusqu'à 18 ans par l'assurance soins de santé obligatoire, vous bénéficiez de :

- Orthodontie jusqu'à 22 ans* : jusqu'à 750 euros + visites 100% remboursées (selon tarifs officiels et si dossier médical global).
- Intervention de 150 euros pour les prothèses dentaires non remboursées par l'Inami (dentier, couronne, bridge...) et les implants.

* Si traitement accepté par l'Inami.

Infos : www.mc.be/dento

> Dento + (dès le 1^{er} avril)

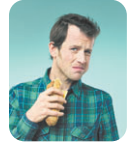
Une assurance qui offre une prise en charge encore plus importante de vos soins dentaires.

Sans questionnaire médical, sans limite d'âge et sans franchise.

- Interventions dans les frais d'orthodontie pour tous
- Interventions importantes dans les frais de parodontologie, de prothèses et d'implants dentaires
- Plafond annuel : jusqu'à 1.000 euros
- Plafond spécifique en cas d'accident : jusqu'à 2.000 euros

Gratuit jusqu'à 7 ans.

Infos : www.mc.be/dento



Naissance et famille

> Naissance : 350 euros de prime et une multitude d'avantages !

Pour chaque naissance ou adoption, vous recevez une prime de naissance d'une valeur de 350 euros et un cadeau "bien-être". Grâce à l'Hospi solidaire, intervention de 250 euros par cycle de fécondation in vitro et de 150 euros en cas d'accouchement dans une maison de naissance ou à domicile.



> Hospitalisation sans franchise

Dès la naissance et jusqu'à l'âge de 18 ans, l'Hospi solidaire intervient sans franchise pour toute facture d'hospitalisation en chambre commune et à 2 lits dans tous les hôpitaux belges.

Interventions complémentaires :

- Accompagnement du parent dans la chambre : jusqu'à 15 euros par jour

- Dépistage de la surdité chez le nouveau-né

Profitez également, grâce à notre partenaire Solival (bientôt Qualias), de tarifs avantageux pour toute location ou achat de matériel d'aide et de soins (tire-lait, pèse-bébé...).

> Garde d'enfant malade : 10 jours gratuits par an et par enfant

Des puéricultrices prennent soin, chez vous, de votre enfant malade, dès la naissance jusqu'à 12 ans inclus.

Au-delà des 10 jours gratuits, coût forfaitaire maximal de 12 euros par jour pour un nombre de jours illimité.

www.mc.be/garde-enfant-malade

> Logopédie : jusqu'à 770 euros

Intervention de 10 euros par séance dans les traitements qui ne sont pas pris en charge par l'assurance soins de santé obligatoire. Intervention de 20 euros pour le test de QL.

> Psychomotricité : jusqu'à 635 euros

Remboursements de 15 euros pour le bilan et 6,20 euros par séance de psychomotricité dans les traitements qui ne sont pas compris dans le cadre de l'assurance obligatoire.

Vacances et loisirs

> Sport : 35 euros/an

Intervention de 35 euros pour la pratique régulière d'une activité sportive.



> Assurance et assistance à l'étranger

- Assurance santé pour les séjours, partout dans le monde
- Rembourse vos frais médicaux dès qu'ils dépassent 200 euros (franchise de 60 euros maximum)
- Service d'assistance 24h/24 en cas d'urgence au 0032/2/272.09.00.

Conditions complètes sur www.mc.be

> Séjours, stages et plaines : jusqu'à 50 euros/an

Intervention jusqu'à 50 euros par an dans le coût des

séjours, stages ou plaines durant les vacances scolaires (de 3 à 18 ans inclus).

> Classes de dépassement : 25 euros/an

Forfait de 25 euros/an pour les classes vertes, de mer, de neige... organisées pendant les cycles maternel et primaire.

> Des activités grâce à Jeunesse & Santé

Pour vos enfants de 3 à 18 ans, Jeunesse & Santé, l'organisation de jeunesse de la MC, propose des plaines et des séjours. Réductions importantes pour les membres MC.

Infos et inscriptions : 04/221.74.90 • www.mc.be

> Vacances familiales Intersoc

Réductions sur tous les séjours proposés par Intersoc.

Infos et catalogue gratuit : www.intersoc.be •

070/23.38.98

Votre santé au quotidien

> Hospitalisation

À la MC, vous êtes automatiquement couvert en cas d'hospitalisation, grâce à l'Hospi solidaire, déjà comprise dans votre cotisation.

Pas de stage d'attente, ni de questionnaire médical. Max. 275 euros à votre charge en cas d'hospitalisation en chambre commune ou à deux lits. Sans franchise jusqu'à 18 ans.

Hospi +, Hospi +100 ou Hospi +200 : des assurances hospitalisation sur mesure déjà à partir de 2,84 euros par mois sans questionnaire médical et sans franchise jusqu'à 18 ans. Maladies graves ou coûteuses : intervention supplémentaire de 150 à 2.150 euros.

Infos : www.mc.be/hospitalisation

Conseils gratuits au 0800 10 9 8 7

> Consultations psychologiques : jusqu'à 450 euros/an

Remboursement jusqu'à 15 euros par séance, jusqu'à 30 séances par an et par personne dans nos centres agréés.

> Centres de planning familial : 6 euros par consultation

Consultations psychologiques, sexologiques, juridiques ou de médiation familiale dans nos centres de planning familial.

> Optique (lunettes, verres, lentilles) : jusqu'à 300 euros



• 6 interventions de 50 euros dans le renouvellement ou l'achat de montures de lunettes, de verres ou de lentilles.

• Magasins Optival à Huy, Liège, Theux et Visé : jusqu'à 30% de réduction sur des produits de qualité.

Infos : www.optival.be

> Contraception : 40 euros/an

Intervention de 40 euros (contraceptif masculin ou féminin) ou 120 euros tous les trois ans (stérilet, implant contraceptif).

> Vaccination : 25 euros/an

Intervention jusqu'à 25 euros par an pour les vaccins anti-infectieux et désensibilisants.

> Homéopathie : jusqu'à 125 euros/an

Intervention de 25% du coût des médicaments homéopathiques prescrits par un médecin.

> Ostéopathie, chiropraxie et acupuncture : jusqu'à 50 euros/an

Remboursement de 10 euros par séance (jusqu'à 50 euros/an) toutes disciplines confondues.

Journée famille !

Participez à notre concours sur www.mc.be/journeefamille et venez nous rejoindre en famille et gratuitement le 6 avril. Au programme : animations par Jeunesse & Santé, cadeaux et concert d'André Borbé.

Auteur, compositeur et interprète, André Borbé destine ses chansons au public familial. Artiste sensible et touchant, il vous invite à découvrir un univers dynamique et tendre qui donne une bonne leçon d'optimisme ! Le plus souvent, il est en tournée avec son équipe de musiciens et techniciens. Ensemble, ils ont présenté plus de 1.000 concerts dans le monde. Destiné aux enfants de 7 à 12 ans, son spectacle "Tohu-Bohu" est frais, disco et rock'n'drôle : ça va faire du bruit !

Date : Le dimanche 6 avril de 14h à 18h

Lieu : Salle Le Manège (Caserne Fonck), 2 rue Ransonnet à 4020 Liège

Comment participer ? Pour remporter des places pour toute votre famille, inscrivez-vous avant le 21 mars sur le site www.mc.be/journeefamille. Les gagnants seront avisés personnellement.



LaMeuse

Évènement

les grignoux

Anima, Festival du film d'animation pour petits et grands

Le Festival Anima se pare de ses plus beaux dessins pour séduire tous les âges ! Pas moins de 95 séances sont programmées pour tous entre le 1^{er} et le 9 mars dans les trois cinémas des Grignoux. La MC Liège est partenaire du Festival et offre les choccos glacés aux enfants.

Anima, c'est le rendez-vous des petits et des grands passionnés par le cinéma d'animation. Colorés, dynamiques, amusants, riches en idées et en inventions : il y en aura pour tous les goûts et toutes les tranches d'âges lors de cette édition 2014 ! Cerises sur le gâteau : des séances de 10h à tarif réduit du lundi au vendredi, la présence de réalisateurs, la légendaire Nuit animée, des expositions et un spectacle pour les petits qui sera proposé au Parc le 4 mars à 14h ("Léon accordéon").



Choccos glacés

C'est devenu une tradition : des choccos glacés sont offerts aux enfants à l'issue des séances qui leur sont plus spécifiquement destinées (au Parc : séances de 14h à 16h – au Sauvenière : séances de 10h à 14h). Cette année, c'est grâce à la MC que vos enfants pourront se régaler : un clin d'œil à son nouvel avantage Dento solidaire qui leur permettra de profiter longtemps des choccos glacés grâce à de meilleurs remboursements en soins dentaires. **Ce n'est pas tout :** lors des séances du dimanche 2 mars et du mercredi

5 mars (à 14h au Sauvenière) ainsi qu'après le spectacle de "Léon accordéon", la remise du chocco sera assortie d'une action de prévention. Les jeunes spectateurs repartiront avec un gobelet, une brosse à dents et un cahier de jeux "Phil chez le dentiste", la nouvelle parution de la MC destinée aux enfants dès 7 ans (plus d'infos dans notre prochaine édition).

Cette année, c'est grâce à la MC que vos enfants pourront se régaler

En pratique
Dates : Du 1^{er} au 9 mars
Lieux : Dans les 3 cinémas des Grignoux (Le Parc, Churchill et Sauvenière), à Liège
Prix : 6,50 EUR • 5,30 EUR pour les moins de 21 ans.
Séances de 10h à tarif réduit (4 EUR) du lundi au vendredi au Sauvenière.

Programme complet :
www.grignoux.be/anima

IN MEMORIAM

Grégoire Closset nous a quittés



La Direction de la MC Liège a la tristesse de vous faire part du décès, à l'âge de 68 ans, de Grégoire Closset, membre du Comité régional d'Altéo. Préoccupé par le bien-être des personnes malades et handicapées, Grégoire s'est investi au Comité régional dès 2002, ainsi que dans divers groupes de travail (malades chroniques, accessibilité-mobilité...). Nous garderons de lui le souvenir d'un homme soucieux d'unité. Nos pensées vont à sa famille et à ses proches.

ÇA SE PASSE

Sport et activité physique : arme efficace pour la prévention des cancers

Le Professeur Marc Francaux (Faculté des sciences de la motricité de l'université catholique de Louvain) exposera les bienfaits du sport et de l'activité physique comme arme efficace pour la prévention des cancers et de leurs récurrences.

Date : Vendredi 14 mars à 17h30
Lieu : Salle Académique de l'ULg, 7 place du XX Août à 4000 Liège
Prix : 10 EUR
Infos : 04/366.24.80 • Réservation obligatoire : televie@ulg.ac.be

Planète zen

Plus de 50 exposants, 30 ateliers et conférences. Le salon du bien-être, du développement personnel et du développement durable vous invite à partir à la découverte de méthodes, soins, produits (bio ou naturels) et médecines douces permettant de réconcilier le corps et l'esprit.

Date : Samedi 8 mars de 10h à 19h
Lieu : Palais des Congrès, 2 esplanade de l'Europe à 4020 Liège
Prix : 5 EUR
Infos : www.planete-zen.org

Sport

Courir en groupe pour la forme et le plaisir

Vous êtes peu ou pas sportif et vous souhaitez améliorer votre condition physique ? Le programme Je Cours Pour Ma Forme est fait pour vous !



Objectif santé !
 Outre la convivialité, l'objectif principal du programme "Je cours pour ma forme" (JCPMF) est la santé. Les effets se font ressentir rapidement : le jogging améliore la condition physique, favorise la perte de poids, procure une sensation de bien-être et permet d'évacuer les tensions dues au stress. En résumé, une foule de bonnes raisons de s'y mettre !



Un programme ouvert à tous
 Pas besoin d'être sportif ! Pas besoin de savoir courir ! Encadré et conseillé par des animateurs, vous courez en groupe selon un plan d'entraînement progressif qui débute du niveau zéro. La progression s'étend sur 12 semaines, au rythme de 3 entraînements hebdomadaires (un entraînement en groupe, et les deux autres seul mais aidé par des fiches d'entraînement). Au terme des 3 mois, vous serez capable de courir 5 km. Pour celles et ceux qui le désirent, des entraînements de niveau 2, dont l'objectif est d'arriver à courir 10 km, sont aussi proposés.

Au terme des 3 mois, vous serez capable de courir 5 km

Pas de compétition en vue. Les maîtres-mots du programme sont le plaisir, la santé et la convivialité.

En pratique
 Au printemps 2014, la MC Liège organise trois sessions de 12 semaines (formules 5 et 10 km) :
 > A Angleur* (Parc du Château de Péralta), tous les mardis dès le 11 mars de 18h30 à 19h30
 > A Aywaille (Esplanade du fair-play), tous les mardis dès le 11 mars de 18h15 à 19h15

> A Waremme (45 E rue de Grand-Axhe), tous les dimanches dès le 16 mars de 10h à 11h

Prix : 15 EUR pour les membres de la MC au lieu de 30 EUR

Plus d'infos et inscriptions :
 04/230.16.14 • www.mc.be
 Vous trouverez d'autres lieux d'entraînement sur le site internet www.jecourspourmaforme.be

* Co-organisé avec l'Acsa.

BANDAGISTERIE • MATÉRIEL D'AIDE & DE SOINS

Lit électrique



Le lit médicalisé électrique répond aux besoins des patients dont l'état de santé nécessite le recours à un couchage adapté. Solival vous propose le lit électrique Gohy associant confort et grande fonctionnalité pour le patient et le personnel soignant.

- Caractéristiques :**
- > Relève-buste et relève-jambes avec plicature réglable électriquement
 - > Sommier à lattes en bois de 90 x 200 cm
 - > Barrières coulissantes 2 barres bois
 - > Potence époxy Silver
 - > Hauteur de 40 à 80 cm
 - > 4 roues pivotantes avec frein
 - > Capacité maximale : 175 kg
 - > Motorisation : LINAK



Bientôt, Solival deviendra Qualias !

Prix de vente exceptionnel pour les membres MC de la Province de Liège :
 1.100 euros au lieu de 1.470 euros + taxe Recupel.
 Livraison et montage à domicile gratuit.

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 mars 2014.

Mutualité chrétienne de Liège

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

courriel : enmarche.liege@mc.be

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