

Gros plan sur...

# Le rôle du médecin-conseil

Quand on parle du médecin-conseil de la mutualité, on pense souvent à son rôle de "contrôleur". C'est méconnaître les rôles d'accompagnateur et de conseiller qu'il joue également.



## ÇA SE PASSE

### Cycle d'ateliers pour un mieux-être avec soi-même, son conjoint, les autres.

///

Être un homme, être une femme aujourd'hui : entre ce que je souhaite et ce que je "dois"

- > Mardi 25 mars de 9h30 à 11h30
- > Mardi 18 mars de 19h30 à 21h30
- > Marie Sarlet, psychologue et Chloé Collette, assistante sociale à Infor-Femmes Liège

La communication : un art de bien vivre ensemble

- > Vendredi 25 avril de 9h30 à 11h30
- > Mardi 22 avril de 19h30 à 21h30
- > Marjorie Huart, psychologue à Infor-Femmes Liège

La Manipulation dans le couple

- > Lundi 19 mai de 9h30 à 11h30
- > Jeudi 22 mai de 19h30 à 21h30
- > Brigitte Dardenne, assistante sociale et directrice d'Infor-Femmes Liège

Que faire de nos émotions ?

- > Vendredi 13 juin de 9h30 à 11h30
- > Mardi 3 juin de 19h30 à 21h30
- > Marjorie Huart, psychologue à Infor-Femmes Liège

Cycle de 4 ateliers en soirée ou en matinée

- Prix : 20 EUR pour le cycle des 4 ateliers ou 7 EUR par atelier
- Réservation indispensable (nombre limité de places)
- Infos et inscription auprès de Claudine Kroonen : 0491/15.32.45 • [claudinedetilleux@acrf.be](mailto:claudinedetilleux@acrf.be)
- Une organisation de l'ACRF en collaboration avec le planning familial Infor-Femmes Liège.

### Récolte d'encombrants

///

En 2014, l'ONG "Autre terre" poursuit l'organisation des récoltes dans la région verviétoise. Avec l'opportunité de vous débarrasser de tout ce qui vous encombre (vêtements, maroquinerie, bibelots, ustensiles de cuisine, vaisselle, livres, jeux, CD, DVD, bijoux, montres, lunettes, cartouches d'imprimantes, radiographies, etc), vous participerez à la lutte pour l'élimination de la pauvreté.

Dates des prochaines récoltes :

- Mars :**  
**LAMBERMONT :** mercredi 26 et jeudi 27 - Local de la plaine Ozanam, rue sur les Jongs
- Avril :**  
**THEUX :** mercredi 23 et jeudi 24 - garage Noël, 16 rue du Pont
- Mai :**  
**HEUSY :** mercredi 7 et jeudi 8 - Cercle Saint-André, 4 avenue Thiervaux  
**PEPINSTER :** mardi 20 et mercredi 21 - Local du "Fanny Club" (pétanque), rue Jean Simon
- Juin :**  
**DOLHAIN :** mercredi 4 et jeudi 5 - Local de l'école moyenne (menuiserie), quai de la Vesdre  
**STEMBERT :** mercredi 11 et jeudi 12 - Salle "Chanteloup", 9 rue des Champs

Les bénéfices réalisés à cette occasion permettront d'aider au développement de nombreux projets économiques dans les pays du Sud (actuellement Mali, Sénégal, Burkina Faso, Pérou, Brésil).

Renseignements et dépôt permanent auprès de Georges Lodomez, responsable pour la région verviétoise : 087/22.58.07 • 0474/66.31.45 • [georges.lodomez@base.be](mailto:georges.lodomez@base.be)

### Exposition "Il était une fois 1914"

///

Dans le cadre des commémorations du 100<sup>e</sup> anniversaire de la Première guerre mondiale (1914-1918).

La bande dessinée Il était une fois 1914 est une œuvre collective et inédite. Les dessinateurs et scénaristes wallons Marco Venanzi, Mathieu Barthelemy Hamo, Philippe Jarbinet, Martin Jamar, Francis Carin, Didier Chardez, Didier Courtois, Dugommier, Michel Pierret, Marc Renier et Georges Van Linthout ont participé à ce projet ambitieux en réalisant chacun un récit illustré se rapportant à une région de la Fédération Wallonie-Bruxelles.

L'exposition "Il était une fois 1914" a comme fil conducteur la bande dessinée du même nom. Complémentaire à la BD ; elle raconte, explique et matérialise les différentes thématiques illustrées. L'exposition enrichit donc la bande-dessinée de l'aspect tridimensionnel qui lui fait défaut.

Date : jusqu'au dimanche 16 novembre  
Lieu : Abbaye de Stavelot  
Info : Abbaye de Stavelot (tous les jours de 10 h à 18 h) : 080/88.08.78 • [www.abbayedestavelot.be](http://www.abbayedestavelot.be)

Afin d'obtenir un maximum d'informations, le médecin-conseil reste en contact avec votre médecin traitant, votre médecin spécialiste ou votre médecin du travail. Si, au bout d'un an, vous êtes toujours en incapacité de travail, vous entrez alors en invalidité ; votre médecin-conseil poursuit alors son rôle de conseiller et d'accompagnateur. Il peut, par exemple, examiner avec vous les possibilités de reprise partielle de travail autorisée.

#### Pourquoi suis-je convoqué(e) chez le médecin-conseil ?

Vous avez reçu une lettre de convocation pour une visite chez le médecin-conseil ?

Comme beaucoup de personnes dans votre cas, vous vous posez peut-être des questions sur ce rendez-vous médical : pourquoi suis-je convoqué(e) ? Comment cela va-t-il se passer ? Va-t-on tenir compte de ma situation personnelle ? Rassurez-vous, il est tout à fait normal d'avoir cette réaction !

Sachez que le médecin-conseil est d'abord un interlocuteur avec qui une communication claire passe par une bonne préparation et l'échange d'informations.

Pour que cette rencontre se passe au mieux, préparez-la en apportant un maximum d'informations médicales concernant votre pathologie actuelle (résultats d'examen, radios, rapport médicaux, etc.) ou incitez votre médecin à les transmettre au médecin-conseil avant la date de la convocation.

Si une personne vous accompagne, le médecin-conseil lui permettra d'assister à votre visite médicale mais seulement si vous le souhaitez.

#### Dois-je me présenter à la convocation, même si j'ai repris partiellement le travail ?

Pour maintenir votre droit aux indemnités, vous devez toujours réagir aux demandes de convocation auprès du médecin-conseil. Si vous ne pouvez pas vous présenter à la convocation, contactez l'administration du médecin-conseil.

Si vous avez repris totalement le travail avant la date de la convocation, ne vous présentez pas et envoyez votre carte de reprise de travail.

#### Comment va se dérouler ce rendez-vous ?

La première tâche du médecin-conseil est de vérifier si vous pouvez rester en incapacité de travail. Il vous convoque donc pour :

- > vérifier vos documents médicaux
- > éventuellement vous examiner
- > évaluer les conséquences de votre incapacité sur votre travail et votre vie quotidienne
- > s'assurer, en cas d'accident, du respect des obligations légales des assurances

Un dialogue va s'installer entre vous et le médecin qui, sur base de ces éléments, prendra une décision en toute connaissance de cause.

#### Et après la consultation ?

Plusieurs situations sont possibles :  
> **La prolongation**  
Si le médecin-conseil estime que votre incapacité de travail est justifiée et peut être prolongée par votre médecin, il vous le dira. Votre droit aux indemnités sera alors prolongé.

> **La reprise du travail**  
Si le médecin-conseil juge que l'incapacité de travail n'est plus justifiée, il vous le confirmera par écrit soit au moment de la consultation, soit plus tard par voie postale, après avoir pris le temps d'approfondir votre dossier. Son courrier comportera également une motivation de la décision.

Si vous souhaitez recevoir plus d'informations sur les raisons de cette décision ou si vous souhaitez en discuter, vous pouvez toujours contacter l'administration du médecin-conseil. Votre médecin traitant peut également interpellé le médecin-conseil et lui apporter de nouvelles données médicales qui l'amèneraient à reconsidérer sa décision.

> Si à la fin de la consultation votre situation n'est pas clarifiée, n'hésitez pas à interpellé le médecin-conseil.

#### Que fait le médecin-conseil ?

Le médecin-conseil exerce plusieurs tâches, et pas seulement une tâche de "contrôle".

- Il **examine** si vous pouvez rester en incapacité de travail et vous permet de maintenir votre droit aux indemnités.
- Il **vérifie** les possibilités d'une reprise éventuelle du travail à temps partiel adapté à votre état de santé, sous forme "rémunérée" ou comme volontaire.
- Il vous **conseille** et vous **informe** sur les possibilités qu'offre l'assurance maladie en matière de soins et de traitements.
- Il consulte le(s) médecin(s) traitant(s) concernant l'application correcte de la réglementation de l'assurance maladie.

#### Vous souhaitez reprendre le travail à temps partiel ?

Toute reprise du travail à temps partiel (rémunérée, volontaire, recyclage...) doit être **autorisée** au préalable par le médecin-conseil si vous êtes indépendant. Demandez le document prévu à cet effet à l'administration du médecin-conseil ou à votre conseiller mutualiste et remettez-le complété à la mutualité.

Si vous êtes salarié, le document de demande doit parvenir à la mutualité avant toute reprise (mais vous pouvez retravailler avant d'avoir obtenu l'autorisation ; en cas de refus, vous devrez cesser votre activité).

#### Vous partez en vacances ?

Avant de partir, contactez le médecin-conseil pour l'en informer.

Toutes les informations que vous nous transmettez sont protégées par le secret médical et sont donc traitées en toute confidentialité.

Pour plus d'infos, vous pouvez également demander nos brochures **L'incapacité de travail : guide pratique** et **L'incapacité de travail : activités autorisées à votre conseiller mutualiste** ou en appelant gratuitement le 0800 10 9 8 7. Vous pouvez également consulter notre site [www.mc.be](http://www.mc.be), rubrique "Que faire en cas de maladie ou d'accident ?"

Formation

# Programme de formations de base des volontaires 2014

**Vous avez décidé de devenir volontaire chez Altéo et vous partez prochainement en séjour. Ce qui suit est pour vous ! Un programme des formations de base proposées par le mouvement pour vous aider à trouver votre place au sein du mouvement, dans les activités que vous serez amenés à réaliser, et qui vous seront également utiles dans la vie de tous les jours.**

### Manutention - nursing

Apprentissage de techniques précises de déplacement de personnes en séjour et/ou en milieu familial.

#### Objectifs :

- > Approcher les éléments favorisant la relation avec soi-même et avec la personne ;
- > Assurer le confort de la personne en respectant son intimité ;
- > Analyser des situations à risque et les notions de sécurité inhérentes ;
- > Évaluer les besoins et le degré de dépendance de la personne aidée ;
- > Exercices pratiques pour un bon mouvement.

La formation sera dispensée par les ergothérapeutes Anouck Plunus et Claire Mercenier.

**Dates :** Mercredi 18 juin, de 9h30 à 16h

**Lieu :** Réfectoire de la MC, 25/29 rue Laoureux à Verviers  
Prévoir son pique-nique

### Formation 1<sup>ers</sup> secours Réanimation - désobstruction

#### Objectifs :

- > L'approche d'une victime inconsciente
- > Placer une victime inconsciente en PLS
- > Détecter l'état de mort apparente ;
- > Réaliser une réanimation cardio-pulmonaire seul ;
- > Déclencher la chaîne de secours le plus rapidement possible ;
- > Réaliser la désobstruction des voies aériennes.

La formation sera dispensée par Fabrice Lamarche (ETC, Emergency Teaching and Consulting)

**Dates :** Mercredi 30 avril ou mercredi 17 septembre, de 13h à 17h

**Lieu :** Réfectoire de la MC, 25/29 rue Laoureux à Verviers

//Prioritairement destinées aux volontaires d'Altéo, ces formations sont ouvertes à toute personne intéressée//

### Recyclage formation 1<sup>ers</sup> secours

Uniquement pour les personnes ayant suivi la formation complète

**Dates :** mercredi 14 mai ou mercredi 1<sup>er</sup> octobre de 14h30 à 16h30.

**Lieu :** Réfectoire de la MC, 25/29 rue Laoureux à Verviers

### Approche de la personne et son engagement dans le mouvement

#### Objectifs :

- > Mieux appréhender la personne fragilisée en tant que personne ;
- > Mieux percevoir sa propre réalité et la réalité des personnes en perte d'autonomie ;
- > Prendre du recul et avoir un autre regard sur soi et sur les autres ;
- > Approcher globalement les différentes spécificités de la personne.

**Date :** Lundi 26 mai, de 9h30 à 15h  
**Lieu :** Grande salle du 1<sup>er</sup> étage (MC Verviers), 25/29 rue Laoureux à Verviers  
Prévoir son pique-nique

### Formation écoute active

Écouter, c'est la première condition pour entendre. Écouter une personne malade, handicapée ou isolée,



c'est faire un bout de chemin avec elle, c'est vivre une rencontre pendant un temps donné, c'est offrir son temps. Écouter, c'est faire comprendre à l'autre qu'il compte et qu'on lui apporte notre attention dans le respect de ses paroles, de ses gestes et de ses non-dits.

Mais écouter n'est pas toujours si facile. Paradoxalement, cela s'apprend.

**Ce module de deux journées vous permettra :**

- > d'utiliser les outils de base indispensables à l'écoute active (la reformulation, les mots-clés, etc.) ;
- > d'extraire les valeurs de chacun ;
- > de prendre conscience du sens de notre écoute et de notre rôle en tant qu'écouteurs.

> La formation sera dispensée par Caroline Leroy, formatrice

**Dates :** mercredi 21 mai et mercredi 4 juin, de 9h30 à 15h30

**Lieu :** Réfectoire de la MC, 25/29 rue Laoureux à Verviers  
Prévoir son pique-nique

### Pour tout renseignement complémentaire :

Altéo - régionale de Verviers • 087/30.51.61 • alteo.verviers@mc.be

36 rue Laoureux à 4800 Verviers

### TALON RÉPONSE

Formations de base (inscription avant le 18 avril !)

Je m'inscris à la(aux) journée(s) suivante(s).  
Cochez la(les) case(s) adéquate(s) et entourez la date qui a votre préférence :

- Formation manutention : 18 juin
- Formation 1<sup>ers</sup> secours : 30 avril ou 17 septembre
- Formation 1<sup>ers</sup> secours Recyclage : 14 mai ou 1<sup>er</sup> octobre
- Formation approche de la personne : 26 mai
- Formation écoute active : 21 mai et 4 juin

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_ GSM : \_\_\_\_\_

Numéro National : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_ signature : \_\_\_\_\_

Ce bulletin est à envoyer à Altéo : via notre réseau de boîtes vertes, par e-mail : alteo.verviers@mc.be, par voie postale : 36 rue Laoureux à 4800 Verviers



### MOUVEMENT

### Amicale évasion cours d'informatique



///  
Nouveau cours d'informatique sur base de différents modules :  
> 1<sup>er</sup> module : Formation "Excel" (Version 2003 et 2007)

Ce tableur permet de concevoir des tableaux et de les mettre en forme, de réaliser des graphiques et des statistiques, etc.... C'est un outil précieux pour faire des comptes ou établir des bilans.

> 2<sup>e</sup> module : Formation "Open Office Writer" pour apprendre le traitement de texte.

Renseignements et inscriptions auprès de Jacques Stollenwerk :  
087/22.53.06

### CONFÉRENCE

### Positive attitude

///



Transformez votre vie en changeant votre façon de penser !

Adopter la pensée positive pour transformer notre vie nous demande de devenir conscients de la force de nos pensées, de nos croyances, du pouvoir créateur de la parole et de la visualisation que nous entretenons constamment dans notre esprit. Suivant la nature de nos pensées que nous aurons semées dans notre jardin intérieur, nous pourrions expérimenter une vie parsemée de sécurité, de joie, de santé et d'abondance.

Par le biais de nombreuses expériences vécues, l'animateur invite à découvrir ce qu'est l'énergie de la pensée et comment l'utiliser positivement dans notre quotidien pour attirer le meilleur dans notre vie. Selon cette pensée, cet outil de l'esprit façonne continuellement la destinée. Alors comment apprendre à maîtriser cette énergie pour devenir créateur de sa vie ? C'est ce que Salvatore Rindone nous apprendra lors de cette conférence.

**Date :** Le mardi 8 avril à 14h

**Lieu :** Réfectoire de la MC, 25-29 rue Laoureux à Verviers

**Prix :** 3 EUR pour les membres MC, 4 EUR pour les non membres

**Inscription au plus tard pour le jeudi 3 avril :** Énéo 087/30.51.29 • Altéo 087/30.51.61

### BANDAGISTERIE • MATÉRIEL D'AIDE & DE SOINS

### Sandaes Birkenstock



La fameuse semelle Birkenstock aux propriétés orthopédiques révolutionnaires et le confort absolu de ces chaussures sont à l'origine du succès de Birkenstock.

Fidèle à ses racines, la marque continue de concevoir de nombreux modèles de sandales et chaussures d'une qualité irréprochable, tout en adaptant son image aux différentes influences de la mode.  
Tous les modèles sont disponibles sur commande.

//20% DE REMISE//



Bientôt nos magasins Solival s'appelleront Qualitas !

**Prix de vente indicatif habituel :** 58,95 euros. 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 16 avril 2014.



### Mutualité chrétienne de Verviers-Eupen

25-29 rue Laoureux à 4800 Verviers

Éditrice 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