

AGENDA

Formation à l'argumentation féministe

///
Si se dire féministe n'est pas facile tous les jours, l'argumenter est un vrai défi !
Profitez dès lors de cette journée pour vous renforcer, ensemble, entre femmes, et sur base de vos propres vécus, vous renforcer tant au niveau des concepts que de la mise en œuvre d'une argumentation qui vous aille comme un gant !
Date : le jeudi 19 juin de 9h30 à 16h30
Formatrices : Nathalie Benoit et Nicole Fontaine (Vie féminine Brabant wallon)
Lieu : 85 bd des Archers à 1400 Nivelles (salle du tram)
Prix : gratuit pour les membres VF / 5 EUR pour les non-membres
Infos et inscriptions : Vie féminine BW, 85 bd des Archers à 1400 Nivelles • 067/84.13.75 • brabant-wallon@viefeminine.be

Souriez, vous êtes bien informés !

///
Dans le cadre de sa campagne sur la santé bucco-dentaire, Infor santé, le service de promotion de la santé de la Mutualité chrétienne, vous invite à participer à une journée de sensibilisation et de prévention à destination des enfants et de leurs parents.
A travers cette activité, Infor santé vise à rappeler à l'enfant les quelques gestes simples nécessaires pour une bonne santé bucco-dentaire (l'utilité de la brosse à dents, le brossage deux fois par jour pendant trois minutes, le type et la quantité de dentifrice à utiliser) et à mettre l'accent sur l'importance de la visite chez le dentiste deux fois par an.
L'animation s'articule autour de différents ateliers ludiques et d'un stand d'informations.
Date : le mercredi 25 juin de 12h30 à 16h
Lieu : devant l'agence de Louvain-la-Neuve, 8 place de l'Université
Prix : les activités sont libres et gratuites, sans inscription
Renseignements : Infor santé au 067/89.36.87 • infor.sante.bw@mc.be


MUTUALITÉ

Fermeture

///
Toutes nos agences seront fermées le lundi 9 juin (Pentecôte) et le mardi 24 juin.

QUALIAS

Bien entendre, c'est mieux vivre !

///
Vous n'êtes pas seul, plus de 500 millions de personnes sont malentendantes dans le monde. L'oreille humaine est à son plus haut niveau vers l'âge de 18 ans. Mais dès 25 ans, une dégénérescence normale s'installe progressivement : on parle de presbycusie. Personne n'y échappe.
Tout au début, ce processus n'est pas perceptible mais à la cinquantaine, certaines personnes éprouvent des difficultés de compréhension, surtout dans le bruit ou lors de conversation en groupe.
C'est un premier signal ! Un petit contrôle de routine peut s'avérer utile afin de vous renseigner sur votre niveau d'audition et au besoin, sur les différentes possibilités qui existent pour vous rendre la vie plus agréable ainsi qu'à vos proches.


Test gratuit

Jusqu'au fin juin, prenez rendez-vous dans un des trois centres auditifs afin de réaliser un test auditif gratuit et sans engagement. Les consultations d'audiologie se font uniquement sur rendez-vous à Nivelles (067/89.36.81), à Court-Saint-Etienne (010/61.85.04) ou à Jodoigne (010/86.09.06).

Un casque pour les festivals

Durant l'été, vous irez peut-être dans l'un ou l'autre festival avec vos enfants. Pensez à protéger leurs oreilles durant les concerts et les spectacles. Vous trouverez en vente chez Qualias d'excellents casques anti bruit de marque 3M.



Gros plan sur

Vers plus d'autonomie à domicile

La MC, via l'ASBL Solival, apporte gratuitement des conseils et des solutions permettant d'améliorer l'autonomie et la qualité de vie de la personne dans son environnement quotidien : conseil sur le choix d'aides techniques, projet d'aménagement du domicile et toute une série de petits conseils faciles à réaliser pour se simplifier le quotidien.

Madame Simon vient de fêter ses 72 printemps. Elle habite toujours chez elle et est en pleine forme, même si de petits signes de l'âge commencent à se faire sentir (moins de force dans les mains, plus de difficultés à se baisser...).
Malgré tout, elle a peur que l'addition de ces petites faiblesses l'empêchent un de ces jours de continuer à vivre chez elle...
Le début de cette histoire vous fait penser à quelque chose ou à quelqu'un? Sûrement. Mais savez-vous qu'un service totalement gratuit existe via votre mutualité pour vous permettre de trouver toute une série de trucs et astuces qui vont vous faciliter le quotidien ? Grâce aux ergothérapeutes du service Solival, vous pourrez trouver des réponses simples, faciles et peu onéreuses aux petits soucis qui vous empêchent de profiter pleinement de chaque moment de la vie.



jusqu'au sol pour revêtir vos pieds. "Notre rôle est vraiment un rôle de conseil", explique Amandine Lefebvre, ergothérapeute au service Solival. "L'idée est de proposer une série de trucs et astuces ou de petits outils pas chers pour que la personne puisse se faciliter la vie. Quand les aménagements demandés sont plus lourds (aménagement d'une salle de bain ou autre), il nous arrive de faire plusieurs visites à domicile et parfois avec un architecte ou un entrepreneur. Les professionnels amènent leurs connaissances techniques et nous, celles de la maladie et des conséquences qu'elle peut avoir dans le quotidien des gens. Mais ce type de propositions ne se fait que lorsque la personne est demandeuse. Nous ne souhaitons rien imposer, mais plutôt chercher ensemble la solution la plus adaptée à chaque situation."

Au domicile ou dans la salle d'essais, les ergothérapeutes Solival vous accompagnent et vous conseillent. Puis, faut-il le rappeler, ce service est entièrement gratuit et accessible à tous.

Plus d'infos : 070/22.12.20 • www.solival.be ou auprès de l'assistante sociale de la MC.

"Depuis quelques temps, je n'ai plus assez de force pour couper ma viande."

Solution : par l'achat de couteaux au design différent, vous aurez besoin de moins de force pour appuyer sur votre couteau, ce qui vous aidera dans la découpe de votre morceau de viande.

Un service totalement gratuit existe via votre mutualité pour vous permettre de trouver tout une série de trucs et astuces qui vont vous faciliter le quotidien.

"J'ai le dos plus raide et il devient difficile d'enfiler mes chaussettes en m'habillant le matin."

Solution : grâce à un outil très simple appelé enfiler-chaussettes, vous n'aurez plus besoin de vous pencher

En savoir plus

L'ASBL Solival intervient gratuitement pour tout type de demande, quel que soit l'âge de la personne : petites aides techniques, adaptations simples ou aménagements plus conséquents requérant une intervention de l'Awiph ou non.

Solival édite également des fiches d'information et des dossiers spécifiques à l'attention de la personne bénéficiaire, de la famille et des professionnels. Intéressé(e) par une des problématiques suivantes ? Commandez les brochures auprès de Solival !

> Comment éviter les chutes ? Prévention des chutes chez la personne âgée à domicile.

> Aménagement de la salle de bains :

- pour résoudre vos problèmes d'équilibre, de stabilité, de souplesse... ;
- lorsqu'on se déplace en chaise roulante ;
- pour un enfant en fauteuil roulant ;
- pour un enfant rencontrant des difficultés à se déplacer seul.

> Aides pour la vie quotidienne :

- lorsqu'on a des problèmes de préhension ;
- lorsqu'il est difficile de réaliser des mouvements amples.

Renseignements : 070/22.12.20 • info@solival.be

Ces 7 brochures sont également téléchargeables sur www.solival.be



La mutualité en mouvement

Depuis juillet 2012, tous les remboursements de vos attestations de soins et les interventions financières sont réalisées au siège central. Ainsi, vos conseillers sont plus disponibles pour faire en sorte que vos droits soient préservés et que vous puissiez bénéficier de tout ce que la législation peut vous offrir afin de réduire, autant que possible, vos dépenses en soins de santé.

L'année 2014 marque une nouvelle évolution dans nos pratiques : nous souhaitons aller un pas plus loin encore dans le service que nous vous offrons.

En matière de remboursement
Après une période de mise en route, nous sommes à présent en capacité de vous rembourser, en moyenne, dans les quatre jours-calendrier (en dehors des délais bancaires). Nous souhaitons être encore plus performants en faisant en sorte de maintenir ce même délai de remboursement tout au long de l'année. Pour ce faire, nous allons automatiser une partie du remboursement des attestations de soins à l'aide du scanning intelligent. Nous profiterons des colonnes d'une prochaine édition d'En Marche pour vous en dire davantage.

En matière de conseil
Nous nous réorganisons pour, autant que possible, aller vers vous avant qu'un problème ne se présente dans votre dossier. Un exemple : plutôt que de découvrir, par courrier, début janvier de l'année, que vous ne disposez plus des droits nécessaires pour pouvoir continuer à être remboursé par la mutualité, nous vous contacterons bien avant. De cette façon, nous pourrions, ensemble, trouver la meilleure solution pour éviter des désagréments inutiles. Nous souhaitons également **augmenter le niveau de la qualité du service offert**

- en agissant sur la formation de nos conseillers ;
- en décloisonnant la législation (inscription, soins de santé, indemnités) alors que votre vécu traverse tous ces domaines ;
- en exploitant toute la richesse de notre réseau (mutualité, mouvements et ASBL partenaires).

Des exemples ?
Vous êtes enceinte. Dès le quatrième mois de grossesse, nous vous invitons à venir à notre rencontre pour faire en sorte que le volet administratif de votre grossesse se passe pour le mieux. L'un de nos référents naissance vous conseillera pour que l'inscription de votre enfant se passe sans accroc au moment de la naissance, pour que vos indemnités soient bien payées dans les temps et pour que vous soyez informée au mieux du coût que pourrait représenter votre accouchement en fonction de l'hôpital que vous avez choisi. Nous profiterons de l'occasion pour vous gâter en vous offrant un petit cadeau commercialisé par notre partenaire Qualias. Des questions par la suite ? Notre référent naissance reste à votre disposition !

Depuis juillet 2012, nous avons développé la mise en place de rendez-vous. Bien plus confortable que d'attendre dans la salle d'attente ! Vous êtes de plus en plus nombreux à souhaiter nous rencontrer de la sorte. Nous avons donc décidé, à partir de ce mois de juillet, d'augmenter les possibilités de rendez-vous.



Vous pourrez ainsi nous rencontrer le mardi après-midi entre 13h30 et 18h et le samedi entre 9h30 et 12h.

En matière d'accessibilité téléphonique
Même si nous parvenons à absorber plus de 80% des appels dès le premier essai dans un délai d'attente de moins de deux minutes, il n'en reste pas moins que nous souhaitons être encore plus accessibles.

Pour ce faire, nous mettrons plus de téléconseillers à votre disposition à partir du 1^{er} juillet prochain. Pour rendre tout ceci faisable, les horaires de nos agences ont été adaptés. Rassurez-vous, les plages n'ont pas été raccourcies mais seulement déplacées à un autre moment.

Nous espérons de la sorte pouvoir encore mieux répondre vos attentes et à vos besoins.

JEUNESSE & SANTE

Il reste quelques places à ...



ITALIE, VALLE AURINA
Sports, aventure et nature 14 ans (nés en 2000)

Dates : du 18 au 27 juillet
Nombre de participants : 40
Transport : en car (voir conditions générales)
Nés : valides entre 2000 et 2004 (de 9 à 13 ans) ; moins valides entre 1998 et 2004 (de 9 à 15 ans)
Encadrement : 6 animateurs
Prix : 615 EUR ; prix membre MC : 365 EUR

Au départ d'un hôtel situé dans le sud Tyrol, le jeune découvriera cette fabuleuse région avec plus de 80 sommets dont plusieurs à plus de 3.000m d'altitude. L'idéal pour ce séjour sport/aventure !
Au Programme : 1/2 journée de rafting, 1/2 journée de VTT, une entrée au Percorso forestale (parcours accro-branches), une nuitée dans un refuge de montagne, visite de la ville de Bruneck et diverses animations concoctées par nos animateurs.

EREZÉE (BELGIQUE)
Cirque 8-13 ans (nés entre 2001 et 2006)

Dates : du 31 juillet au 7 août
Nombre de participants : 30
Transport : en car
Encadrement : 5 animateurs
Prix : 321 EUR ; prix membre MC : 160 EUR

Acrobatie, jonglerie, équilibre, jeux des clowns et autres découvertes des différentes facettes et techniques du cirque. Des spécialistes encadreront et initieront les enfants pour trouver ensemble tous les ingrédients nécessaires à la réalisation d'un petit spectacle. En dehors du cirque, les animateurs proposeront diverses activités telles que des jeux dans les bois, des veillées, des chants, des activités manuelles...

SPA (BELGIQUE)
Equitation 10-13 ans (nés entre 2001 et 2004)

Dates : du 11 au 21 juillet
Nombre de participants : 30
Transport : en car
Encadrement : 5 animateurs
Prix : 548 EUR ; prix membre MC 318 EUR

Le manège, géré par une équipe de professionnels, sera le témoin des prouesses équestres de chaque enfant. Pour que tout le monde puisse apprendre à son rythme, les groupes seront constitués en fonction de l'expérience de chacun, débutant ou confirmé. En plus des moments d'équitation, les animateurs encadreront l'ensemble du séjour avec des activités attractives en journée et en soirée.

ROCHFORT (BELGIQUE)
Séjour "langues : anglais" 10-13 ans (nés entre 2001 et 2004)

Dates : du 14 au 23 août
Nombre de participants : 35
Transport : en car
Encadrement : 5 animateurs + 2 formateurs
Prix : 430 EUR ; prix membre MC : 223 EUR

Nos séjours "langues" sont proposés en collaboration avec l'ASBL Interactive teaching centre. Ils sont composés de cinq matinées encadrées par des formateurs professionnels. Les formateurs construiront, au départ des envies des enfants, les supports (théâtre, jeux de société, grand jeu...). En dehors de ces moments, les animateurs J&S proposeront des animations variées : des grands jeux, des moments créatifs, des veillées...

Si vous désirez plus d'informations ou vous inscrire en ligne, une seule solution : surfez sur www.jeunesseetsante.be. Vous pourrez aussi y découvrir toute notre offre de séjours pour cet été 2014 !

Seniors

Bientôt la pension ?

Le service pensions de la MC peut vous aider à répondre aux diverses questions que vous vous posez sur votre future pension (Quand ? Comment ? Combien ?) et vous aider dans vos démarches.

Contactez le service pensions

NIVELLES • 54 bd des Archers
Tous les mardis de 14h à 16h30
Tous les jeudis de 9h à 11h30 (**attention à partir du 1^{er} juillet, cette permanence du jeudi aura lieu tous les vendredis de 9h à 11h30**).

WAVRE • 6 rue Charles Sambon
Le 1^{er} mercredi du mois de 9h à 11h
Le 3^e lundi du mois de 13h30 à 14h30

BRAINE-LALLEUD • 33 rue Schépers
Le 1^{er} lundi du mois de 14h à 16h

JODOIGNE • 9 rue des Bruyères
Le 2^e mercredi du mois de 9h à 10h30

TUBIZE • Chée de Bruxelles (Rerum Novarum)
Le 2^e mercredi du mois de 14h à 15h30

COURT-ST-ETIENNE • 1 rue des Métallurgistes



Le 2^e mardi du mois de 9h à 10h

PERWEZ • 2A chée de Wavre
Le 3^e lundi du mois de 11h à 12h

Vous pouvez aussi contacter le service pension de la Mutualité chrétienne en dehors des heures de permanence :

54 boulevard des Archers à 1400 NIVELLES • 067/89.36.52
• fax : 067/22.19.10 • mirella.zerbato@mc.be

Mutualité chrétienne Brabant Wallon

54 bd des Archers à 1400 Nivelles
Éditeur responsable : Frédéric Possemiers
Fax : 067/21.42.69
E-mail : brabant.wallon@mc.be • www.mc.be

Tél. 067/89.36.36

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