

VACANCES MOINS VALIDES

Séjour à Banneux du 18 au 22 août

///

Situé à environ 14 km de Spa, le village de Banneux est célèbre depuis 1933, lorsque la Vierge des pauvres est apparue à une fillette de 11 ans, Mariette Béco. Le message qu'elle lui a laissé est toujours d'actualité aujourd'hui. Nous vous invitons à le redécouvrir avec nous.

Nous nous rendons au sanctuaire pour diverses cérémonies : messe, bénédiction des malades. Une procession aux lumières vers la Chapelle des apparitions est organisée par notre aumônier... Le pèlerinage de Banneux est toujours un moment très apprécié de partage, d'introspection et de convivialité.

Logement dans des chambres à deux lits dans le Château de Chaityfontaine, une magnifique bâtisse construite en 1881 et située face au site marial. Dans son écrin de verdure, le château procure une tranquillité d'autant plus appréciée que la distance qui le sépare de la source n'est que de 300 mètres. De quoi vivre pleinement les activités du sanctuaire et se reposer dans le calme.

Il reste quelques places pour des personnes semi-valides. Ne tardez pas à réserver.

Prix : 315 EUR pour les membres Mutualité chrétienne (470 EUR pour les non-membres).

Ce prix comprend le voyage en car, la pension complète, les animations et l'accès aux célébrations.

Renseignement et inscription : Altéo Tournai 069/25.62.68 • [alteo.tournai@mc.be](mailto:alteo.tournai@mc.be)



Concours cinéma

Le parfum de la carotte

L'ASBL Les Grignoux distribue un film destiné aux enfants de 4 à 7 ans : Le parfum de la carotte. La MC est partenaire et vous propose de remporter 10x2 places pour l'avant-première le 21 juin à 15h au cinéma Plaza Art de Mons.

Ce sont quatre courts métrages belges assemblés pour former un programme de 45 minutes, idéal pour les petits.

L'ensemble du programme traite du partage, de la nourriture qui permet de se rencontrer, de l'entraide, de l'amitié et de la fraternité.

Graphiquement très beau, coloré et dynamique, l'ensemble du dessin animé est soutenu par une musique de jazz manouche enlevée et entraînante. De quoi régaler les yeux et les oreilles!

Synopsis

> La confiture de carottes d'Anne Viel (6 mn)

Deux amis lapins, en plein hiver, voient leur réserve de confiture de carottes épuisée. Mais qui a dit que les carottes ne se trouvent que dans les jardins ? Certainement pas l'oncle Robert qui leur a légué une précieuse carte au trésor...

> La carotte géante de Pascale Hecquet (6 mn)

Une souris est poursuivie par un chat qui est poursuivi par un chien qui est poursuivi par une petite fille qui est grondée par sa mammy qui se fait bougonner par le papy qui fait sa soupe et a besoin d'une carotte...



Graphiquement très beau, coloré et dynamique.

> Le petit hérisson partageur de Marjorie Caup (5 mn)

Un petit hérisson trouve une pomme magnifique dans la forêt. Il la roule derrière un rocher pour faire bombance à son aise. Mais voilà que s'invitent au festin d'autres petits gourmands...

> Le parfum de la carotte de Rémi Durin et Arnaud Demuyne (27 mn)

Pièce maîtresse du programme, c'est une comédie chantée sur un rythme de samba où Lapin et Ecureuil, voisins et amis, doivent dépasser leurs différences de goûts pour échapper au renard chasseur de gibier. Le tout composé dans un graphisme aux mille couleurs éclatantes.



Rempportez 10 X 2 places ! Vous souhaitez assister à cette avant-première ? Envoyez-nous vos coordonnées complètes à [communication.mchp@mc.be](mailto:communication.mchp@mc.be) avant le mercredi 18 juin à 12h. Les gagnants seront prévenus par e-mail.

Infos : [www.grignoux.be](http://www.grignoux.be)

CONFÉRENCE

L'accident vasculaire cérébral

///

L'accident vasculaire cérébral (AVC) est défini par une interruption brutale de l'irrigation sanguine du cerveau qui résulte d'une privation d'oxygène dans les zones cérébrales touchées.

Plus de la moitié des AVC surviennent chez les personnes âgées de 75 ans et plus, contre un quart chez les moins de 65 ans.

L'AVC est la première cause de handicap acquis de l'adulte, la deuxième cause de démence après la maladie d'Alzheimer.

Animation, questions et réponses par Marc Trémouroux, président d'Altéo.

Date : le jeudi 19 juin à 14h

Lieu : Mutualité chrétienne de Mouscron, 3<sup>e</sup> étage

Inscription obligatoire : Altéo au 056/39.15.21 • Énéo au 056/39.15.50

Entrée gratuite



18-25 ans

Premier emploi ? Fin du stage d'attente ?

C'est le moment de choisir ta mutualité. S'inscrire à la MC, c'est facile, plein d'avantages et en plus, entre 18 et 25 ans, tout le monde y passe.

Tant que tu es étudiant, tu es couvert par la mutualité de tes parents (jusqu'à maximum 25 ans). Par la suite, tu dois t'inscrire comme "titulaire" à la mutualité :

- si tu as décroché ton premier emploi ;
- si tu as 25 ans (même si tu es toujours aux études) ;
- si tu bénéficies d'allocations d'attente (chômage) ;
- si tu es apprenti.

> Il est obligatoire de t'inscrire auprès d'une mutualité.

Comment s'inscrire à la Mutualité chrétienne ?

Rien de plus simple : différentes possibilités s'offrent à toi :

- surfe sur le site [www.mc.be](http://www.mc.be) et inscris-toi en ligne en remplissant le formulaire approprié (rubrique "devenir membre" sur la page d'accueil) ;
- rends-toi dans l'une de nos agences (voir le site Internet [www.mc.be](http://www.mc.be), rubrique "point de contact" en page d'accueil) ;



• contacte notre centre d'appel régional au 069/25.62.11, tu recevras tous les documents nécessaires pour ton inscription.

La MC et ses avantages

En étant membre de la MC, tu peux profiter, grâce à ton assurance complémentaire, de nombreux avantages : sport (40 euros), vaccination (25 euros), médecines douces (jusqu'à 50 euros), contraception (36 euros) sans oublier l'Hospi solidaire et la Dento

solidaire, deux assurances comprises d'office dans ta cotisation.

Tous ces avantages et de nombreux autres pour une cotisation mensuelle de 9,50 euros.

Plus d'infos concernant la fin des études sur [www.mc.be](http://www.mc.be)  
(> Que faire en cas de > Changement de situation > Fin des études et premier emploi)

INVITATION

Journée Intersection Altéo Mons-Borinage

///

Le 19 juin, de 9h à 17h, la régionale d'Altéo Mons-Borinage tiendra sa traditionnelle journée intersection à Jurbise, salle Jacques Galant.

Venez découvrir les différents ateliers proposés : créativité, art floral, tricot, powertex, fimo, pétanque, etc.

Différents stands d'information seront également présents sur place, avec des professionnels pour répondre à vos questions.

Possibilité de restauration.  
Informations : Altéo au 065/40.26.38



À VOTRE SERVICE

Permanences impôts

///

Dans nos bureaux de Pecq et d'Estaimpuis, des bénévoles seront à votre disposition pour vous aider à compléter votre déclaration de revenus.

À Estaimpuis, les mercredis 11 et 18 juin de 14h30 à 15h15

À Pecq, les mercredis 11 et 18 juin de 15h45 à 16h30

Gros plan

# Votre logement facile à vivre : testez les solutions chez vous !

**Marguerite a 75 ans et souffre d'arthrose.** Elle a de plus en plus de difficultés pour entrer et sortir de sa baignoire. Pour l'aider, sa fille lui a acheté un siège mi-hauteur qu'elles ont installé dans la baignoire. Cependant, après plusieurs tentatives, Marguerite s'est rendue compte que ce siège ne l'aidait pas du tout. En effet, Elle a toujours autant de difficultés à enjamber le bord du bain, qui est très haut ! De même, le siège est placé trop bas pour Madame et il est toujours assez difficile de s'en relever. Le siège a donc trouvé sa place au grenier...

Marguerite a découvert entre temps l'existence du service Solival et a fait appel à eux.

Coraline Vandermeulen est ergothérapeute pour la région du Hainaut Picardie. Elle s'est rendue gratuitement au domicile de cette dame.

Ce service ne vend ni ne loue aucun matériel. Marguerite a donc pu exprimer ses difficultés, ses attentes et ses appréhensions en toute liberté.

Après analyse de la situation et du logement, Coraline lui a proposé de tester une planche ainsi qu'un élévateur de bain directement à son domicile. L'essai de la planche, moins couteuse que l'élévateur, s'est avéré concluant.

Chaque personne et chaque maison a ses particularités. L'ASBL Solival apporte gratuitement des conseils et des solutions permettant d'améliorer l'autonomie et la qualité de vie des personnes vieillissantes à domicile.

Une ergothérapeute pourra vous rencontrer chez vous, vous conseiller, vous informer, vous accompagner dans votre projet, tester du matériel avec vous tel que :

- divers enfils-bas ;
- une toile de glisse et/ou une poignée pour faciliter l'accès à la voiture ;
- une barre d'appui (conseils pour le placement de celle-ci) ;
- des aides pour la cuisine (ouvre-boîtes, etc.)...

Et bien d'autres !

En conclusion, Solival cherche avec vous les solutions les mieux approchées vers plus d'autonomie. Si vous souhaitez être recontacté par une ergothérapeute, retournez-nous



Ouverture automatique d'un bocal



Pivoter pour entrer et sortir dans la voiture



Élévateur de bain

**L'ASBL Solival apporte gratuitement des conseils et des solutions permettant d'améliorer l'autonomie et la qualité de vie des personnes vieillissantes à domicile.**

le talon ci-dessous complété via une boîte aux lettres de la mutualité. Nous prendrons alors contact avec vous pour l'organisation d'un rendez-vous. Vous pouvez également nous joindre au numéro suivant : 069/25.62.14.



Appui pour sortir de la voiture

## Témoignage de Marguerite :

"Grâce à l'intervention de Solival, j'ai trouvé une solution qui me convient parfaitement pour me doucher en toute sécurité dans la baignoire. Coraline m'a expliqué que je devais d'abord m'asseoir sur la planche avant d'entrer les jambes dans la baignoire. Je ne crains plus de perdre l'équilibre car je suis déjà assise. Me doucher est redevenu un plaisir. La planche étant facilement amovible je l'emporte avec moi lorsque je loge chez ma fille ou lorsque je pars en vacances. dommage que je n'aie pas connu Solival plus tôt, cela m'aurait évité un achat inutile."

## TALON RÉPONSE

MADAME, MONSIEUR :

Habitant rue

n°

Code Postal :

Localité :

Date de naissance :

Tél. :

SOUHAITE :

- Un contact téléphonique pour obtenir plus d'informations
- Le passage gratuit de l'ergothérapeute à domicile pour une analyse personnalisée de ce que je peux améliorer dans mon cadre de vie.
- L'envoi d'une documentation concernant Solival

À renvoyer à MC Hainaut Picardie, Solival ASBL, 44 rue Saint-Brice à 7500 Tournai



Siège de bain mi-hauteur

## NOS MAGASINS D'OPTIQUE

### Les verres progressifs

///  
Tout le monde deviendra presbyte un jour ou l'autre. En effet cette amétropie est due à un vieillissement de l'œil qui a du mal à accommoder. Il ne sait plus augmenter suffisamment sa puissance pour voir correctement de près.  
Pour les personnes qui portent déjà des lunettes correctrices de vision de loin, le passage au verre progressifs est souvent indispensable !



© JARIS WILHELM/REUTERS

Le verre progressif est un verre qui permet de voir à toutes les distances. Il est sans nul doute le verre le mieux adapté à la vision quotidienne des presbytes.

Pour faire simple, un verre progressif est découpé en trois zones :

- Le haut du verre est destiné à la vision de loin et permet de voir au-delà de 5m.
- Le bas est la zone qui permet une bonne vision de près c'est-à-dire à 40cm.
- Le milieu est la zone de vision intermédiaire qui permet de voir entre 40cm et 5m.

La puissance entre ces différentes zones varie de manière progressive ce qui permet de pouvoir voir à toutes distances.

La variation de puissance dans le verre engendre toutefois des zones de vision floues que l'on appelle aussi des zones d'aberrations.

Le choix de la marque et du type de verre progressif est donc indispensable afin de minimiser le plus possible ces zones d'aberrations.



Dans les magasins Qualias nous travaillons avec des fournisseurs de verres qui investissent dans la recherche et le développement, ce qui nous permet de pouvoir fournir des verres à la pointe de la technologie. Le conseil de nos opticiens optométristes s'avère également déterminant dans le choix de vos verres progressifs. Ils se basent sur votre amétropie et l'état d'avancement de votre presbytie pour vous orienter vers le verre le mieux adapté à votre défaut visuel.

Il n'est pas toujours nécessaire de prendre les verres les plus chers pour bénéficier d'une vision confortable. Le professionnalisme de nos équipes vous garantit le meilleur rapport qualité-prix. Nous sommes également équipés avec du matériel de haute technologie afin de commander des verres sur mesure.

**Dans nos magasins, vous bénéficiez également d'une remise de 20% sur toute la gamme de nos verres progressifs quel que soit la technologie du verre choisi ou la marque.\***

N'hésitez pas à passer dans le magasin Qualias de votre région, vous bénéficierez de l'expertise de professionnels de la vision.

Nos magasins :

- Ath • 25 rue haute • 068/55.33.08
- Comines • 13 rue de Wervicq • 056/85.32.30
- Mons • 1 rue des Canoniers • 065/34.24.45
- Mouscron • 77 rue du Bas Voisinage • 056/56.12.65
- Tournai • 56 rue Saint-Brice • 069/68.64.94

\*Offre valable pour les membres de la Mutualité chrétienne en ordre d'assurance complémentaire

**Mutualité chrétienne Hainaut Picardie**  
44 rue Saint-Brice à 7500 Tournai  
Éditrice responsable : Virginie De Clercq  
E-mail : haijp@mc.be

**Tél. : 069/25.62.11**

Transport des malades : 078/05.50.05

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