

Enquête

# Livraison de repas à domicile : votre avis nous intéresse !

Nos deux mouvements, Énéo Verviers, mouvement social des aînés, et Altéo Verviers, mouvement social de personnes malades, valides et handicapées, mènent actuellement une réflexion sur les services d'aide à domicile.

Au travers de la commission commune "Lieux de vie", composées de professionnels et de volontaires, ils s'interrogent en particulier sur les services de livraison de repas à domicile proposés par les communes de l'arrondissement de Verviers.

Après avoir questionné les institutions communales, la commission souhaite connaître votre avis. Nous invitons donc les personnes bénéficiant de ce type de services à prendre quelques instants pour répondre anonymement aux questions suivantes.



© Fotolia



© Shutterstock

Votre avis nous est précieux !  
Merci de votre collaboration,

La commission Hébergement/Lieux de vie

**GRATUIT, FACILE ET 30% D'ÉCONOMIE**

**Ouvrez un dossier médical global (DMG)**

/// >> Véritable historique de votre santé, le dossier médical global rassemble toutes vos informations médicales. Il est ouvert et géré par votre médecin généraliste, qui peut suivre pas à pas l'évolution de votre santé. Parlez-en à votre médecin lors de votre prochaine consultation !



© Shutterstock

**Le DMG, c'est bon pour le portefeuille**

- Avec un DMG, vous bénéficiez des avantages suivants :
  - Soins 100% remboursés chez un prestataire conventionné pour vos enfants jusqu'à 18 ans.
  - 30% d'économie chez votre médecin généraliste : sur le coût d'une consultation à 24,48 euros, seuls 4 euros resteront à votre charge (ticket modérateur) au lieu de 6 euros pour les personnes qui n'ont pas de DMG !
  - Réduction chez la plupart des spécialistes lorsque vous êtes envoyé par votre médecin généraliste.

**Le DMG, c'est bon pour la santé**

- Grâce à la centralisation de vos données médicales ou celles de votre enfant, votre médecin peut mieux vous conseiller et organiser la coordination des soins. C'est utile pour tous et particulièrement en cas de suivi régulier (enfant, malades chroniques...).
- Dès 45 ans, vous pouvez ouvrir un DMG+ afin que votre médecin assure un réel suivi préventif de votre santé (diabète, cholestérol, cancer...).

**Ouvrir un DMG ? Gratuit et facile !**

- Il suffit de le demander à votre médecin généraliste. Parlez-en avec lui lors de votre prochaine consultation.
- En plus du coût de votre consultation, votre médecin vous demandera 29,98 euros pour l'ouverture de votre DMG. Cette somme est intégralement remboursée par votre mutualité.

Plus d'infos auprès de votre conseiller mutualiste ou sur [www.mc.be/dmg](http://www.mc.be/dmg)

**ASSURANCE COMPLÉMENTAIRE**

**Consultations psychologiques**

/// >> La MC Verviers-Eupen intervient dans le coût de vos séances chez le psychologue.



© Fotolia

**De 0 à 18 ans : jusqu'à 180 euros**

Les jeunes de 0 à 18 ans bénéficient d'un remboursement de 10 euros par séance de psychothérapie (maximum 18 séances par année civile).

**Pour tous : jusqu'à 70 euros**

Grâce à l'avantage Bien-être, recevez 10 euros par séance pour une des disciplines suivantes : psychologie, kinésiologie, ostéopathie, chiropraxie et acupuncture. Bénéficiez chaque année d'une intervention maximale de 70 euros, toutes disciplines confondues.

Pour connaître la liste des prestataires reconnus, appelez gratuitement le 0800/10 9 8 7.

Avantage cumulable avec le remboursement des consultations psychologiques pour les moins de 18 ans.

Mutualité chrétienne de Verviers-Eupen  
25-29 Rue Laoureux à 4800 Verviers  
Éditrice responsable :  
Valérie Notelaers, Directrice régionale  
Coordination : Anne-Laure Mignot  
Tél. : 087/30.51.11 • Fax : 087/30.51.10

**E-mail : [verviers@mc.be](mailto:verviers@mc.be)**

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

**Questionnaire**

**1. De quel type de service bénéficiez-vous ?**

- Communal : Dans quelle commune ? .....  
 Privé : Lequel ? .....

**2. Dans quelle catégorie vous situez-vous ?**

- Pensionné  Prépensionné  Autre (maladie - incapacité - handicap - etc.)

**3. Quelle est votre situation familiale ?**

- Isolé  En couple  En famille  Autre : .....

**4. Combien de fois par semaine bénéficiez-vous de repas ? Et quelle formule choisissez-vous (potage - plat - dessert) ?**

.....  
.....  
.....

**5. Quelle est votre appréciation des points suivants ?**

- Quantité des portions :  Insuffisante  Suffisante  Trop conséquente  
- Assaisonnement :  Fade  Juste  Trop prononcé  
- Variété des menus proposés :  Pas assez diversifiés  Assez diversifiés  Trop diversifiés  
- Existe-t-il une possibilité de remplacement d'un repas par un autre ?  
 Oui  Non  
- Commentaire :  
.....  
.....

**6. Que pensez-vous de l'accessibilité financière du service ?**

.....  
.....

**7. De quelle manière receptionnez-vous vos repas ? (devant la porte, en mains propres...)**

.....  
.....

**8. Avez-vous des contacts avec le livreur ? Si oui de quel type ?**

.....  
.....

**9. Quelles sont les consignes de restitution du matériel ?**

.....  
.....

**10. Suggestion(s), ressenti(s), avis**

.....  
.....

**DOCUMENT À RENVoyer À L'ADRESSE SUIVANTE :**

**ALTÉO - ÉNÉO**

**36 RUE LAOUREUX - 4800 VERVIERS**

Festival

# Éclate-toi, pas tes oreilles !

La saison des festivals est ouverte ! Au programme : découvertes musicales et rassemblements festifs, mais aussi décibels à très haut niveau. Les événements musicaux mettent en effet à rude éprouve nos oreilles. C'est pourquoi, cet été, la MC sera à vos côtés sur plusieurs festivals pour vous proposer des bouchons d'oreille et des casques antibruit.

Comme chaque année durant la période estivale, les nombreux festivals organisés aux quatre coins du pays permettent aux amateurs de musique en tout genre de faire le plein de notes et de sensations. Conviviaux et rassembleurs, de tels événements génèrent typiquement des bruits forts et un niveau sonore qui excède 100 dB. Une telle exposition régulière au bruit peut conduire à une perte significative de l'audition chez les jeunes.

MP3 trop fort (max. 70%) et ne l'utilisez pas plus d'une heure d'affilée ou alors diminuez le son pour augmenter la durée d'écoute.

> Protégez les oreilles de vos enfants lors des événements festifs, avec des protections adaptées (casques) et éloignez-les des sources de bruit intense, comme les haut-parleurs.

> Faites attention aux bruits qui vont en augmentant et qui perdurent.

> Accordez un peu de répit à vos oreilles



les de temps en temps en profitant de moments calmes.

### Comment protéger vos oreilles ?

Il existe des moyens pour rester en bonne santé et réduire les risques de dommages pour vos oreilles :

> Utilisez des protections auditives.

Attention toutefois : elles réduisent les risques mais ne les suppriment pas totalement. Même muni de vos bouchons, appliquez aussi les autres conseils qui suivent.

> Ne vous collez pas aux haut-parleurs ou aux enceintes.

> Ne mettez pas le son de votre lecteur

### La MC aux Francofolies de Spa

Du 16 au 21 juillet, Spa vibrera au rythme des Francofolies. À cette occasion, la MC distribuera gratuitement aux festivaliers 23.000 bouchons d'oreille réutilisables à l'entrée du Village Francofolou et aux alentours de la place royale. De quoi s'éclater sans éclater ses oreilles ! Les plus jeunes ne seront pas laissés pour compte. L'ASBL Surdimobil, partenaire de la MC durant le festival, proposera à vos enfants des protections adaptées à leurs petites oreilles. Sur simple remise d'une carte d'identité, elle mettra à votre disposition, le temps d'un concert ou du festival, des casques antibruit MC. Plus d'infos sur le stand de Surdimobil, à l'intérieur du village Francofolou.

Retrouvez les prix des tickets, la programmation et les infos pratiques sur [www.francofolies.be](http://www.francofolies.be)

### Ça c'est passé

## Qualias et Optival ouvrent leurs portes à Eupen (Lontzen)

C'est avec grand enthousiasme que la Mutualité chrétienne de Verviers-Eupen a inauguré le vendredi 13 juin passé son deuxième magasin d'optique Optival et son nouveau magasin de matériel d'aide et de soins, Qualias.

Nous l'évoquions dans les éditions précédentes, le territoire de la MC Verviers-Eupen s'enrichit de deux nouveaux magasins : Optival et Qualias. Voisins l'un de l'autre, ces deux magasins vous permettent de profiter d'une offre combinée en matière d'optique et de matériel d'aide et de soins. Faciles d'accès grâce à la sortie d'autoroute toute proche, les magasins jouissent d'une situation centrale sur la rue Mitoyenne entre Welkenraedt et Eupen.



Vos nouveaux magasins Qualias et Optival Eupen (Lontzen)

Valérie Notelaers (Directrice MC Verviers-Eupen) et Madeleine Grosch (présidente)



Une équipe à votre service dans les magasins Qualias d'Eupen (Lontzen), de Liège et du Sart-Tilman



Le personnel enthousiaste du magasin Optival Eupen (Lontzen)

### Optival, un magasin d'optique à prix doux

À l'instar des 4 autres magasins de Theux, Huy, Liège et Visé, l'objectif du magasin Optival d'Eupen (Lontzen) est de garantir une accessibilité financière des produits optiques tout en assurant un label de qualité MC (métier, expertise, intégrité, qualité).

Avec un prix d'entrée fixé à 40 euros pour les montures mais aussi de nombreuses collections de créateurs, ce nouveau magasin d'optique devrait pouvoir séduire un large public.

À côté des différents produits habituels pour lesquels le choix est vaste, en lunettes classiques comme en solaires, Optival propose aussi un vaste assortiment de loupes pour malvoyants, un service personnalisé pour les personnes ayant des malformations ou encore, sur simple demande, un service à domicile gratuit pour les personnes ayant des difficultés de

mobilité (maison de repos, hospitalisation, handicap...).

Optival propose également des appareils auditifs numériques de haute technologie, très discrets, et de qualité exceptionnelle. Des permanences avec un audioprothésiste sont organisées chaque lundi de 14h à 17h au magasin.

### Qualias, une nouvelle enseigne pour un nouveau nom

Après un changement de nom, Qualias (anciennement Solival) continue de faire peau neuve en se dotant éga-

lement d'une nouvelle enseigne. L'ancien magasin déménage dans un espace plus accessible et entièrement rénové.

Dans le magasin Qualias d'Eupen, de même que dans nos magasins de Liège et du Sart-Tilman, vous trouverez du matériel d'aide et de soins de qualité à prix modique.

Aérosol, béquilles, chaise de toilette, fauteuil releveur électrique, glucomètre, matériel d'incontinence, lit électrique, matelas anti-escarres, pèse-bébé, rehausseur WC, tensiomètre,

### Surdimobil

///

Composée de cinq personnes sourdes et de cinq personnes entendant, l'ASBL Surdimobil a pour objectif premier de créer des passerelles entre le monde des sourds et celui des entendants, de mieux intégrer les personnes sourdes au sein de notre société et d'encourager l'apprentissage de la langue des signes.

Ses activités sont multiples : démythification de la surdité, formation à la langue des signes, prévention du risque sonore, accompagnement des familles concernées par la surdité mais aussi animations en langue des signes à destination des personnes sourdes.

L'ASBL veut également sensibiliser le grand public, et tout particulièrement les enfants, au risque encouru face à un excès de décibels. C'est pourquoi elle organise différentes activités de sensibilisation dans les écoles et lors d'événements musicaux.

Concrètement, son action sur les festivals se traduit de la manière suivante :

- Des milliers de paires de bouchons d'oreille distribués pour les adultes et les enfants.
- Une mise à disposition gratuite de casques pour les oreilles des enfants.
- Un sonomètre pour une prise de son en direct et une échelle des décibels.
- Des minis cours de langue des signes, des jeux et autres activités ludiques.
- Des brochures et outils de prévention attractifs.

Pour plus d'infos, retrouvez-les à l'intérieur du village Francofolou durant les Francofolies de Spa ou contactez-les au 0496/24.05.30 ou via l'adresse : [surdimobil@surdimobil.org](mailto:surdimobil@surdimobil.org)

### OPTIQUE - LENTILLES DE CONTACT - ACOUSTIQUE

## Un œil différent pour votre vue

À l'occasion de l'ouverture du magasin d'Eupen (Lontzen), Optival vous offre des conditions d'ouverture valables dans les 5 enseignes :

- > À l'achat de verres progressifs ou simple foyer, Optival vous offre le même équipement en solaire parmi un choix sélectionné\*.
- > Pour tous ceux qui souhaitent trouver une alternative aux lunettes, Optival offre une paire de lentilles mensuelles\*.



- 1/03 avenue des Ardennes à 4500 Huy • 085/84.29.16
  - 42 place du XX Août à 4000 Liège • 04/221.33.20
  - 35 place Vinàve à 4910 Theux • 087/31.47.33
  - 9 place du Marché à 4600 Visé • 04/379.76.11
  - 910 rue Mitoyenne à 4710 Eupen (Lontzen) • 087/88.08.16
- Ouvert du lundi au samedi de 10h à 18h. [www.optival.be](http://www.optival.be)

\* Offre valable jusqu'au 31 juillet - voir conditions en magasin.

## Une nouvelle boîte aux lettres devant vos magasins

Vous avez des documents (attestations de soins, formulaires de demande complétés...) à nous transmettre ? Une nouvelle boîte aux lettres vous est accessible juste à côté de vos magasins Qualias et Optival Eupen (Lontzen).

Vous pouvez y déposer tous les documents à destination de la mutualité, dûment munis d'une vignette d'identification, à l'exception des certificats médicaux, qui doivent être envoyés par la Poste, le cachet de la Poste faisant foi.

Retrouvez tous vos points de contact sur [www.mc.be](http://www.mc.be) ou au 0800/10 9 8 7.

### Contacts

- > Optival Eupen (Lontzen) : 910 rue Mitoyenne à 4710 Eupen (Lontzen) • 087/88.08.16 • [info@optival.be](mailto:info@optival.be) • [www.optival.be](http://www.optival.be)
- Du lundi au samedi de 10h à 18h
- > Qualias Eupen (Lontzen) : 910 rue Mitoyenne à 4710 Eupen (Lontzen) • 087/88.17.15 • [www.qualias-lgve.be](http://www.qualias-lgve.be)
- Du lundi au vendredi de 9h à 17h

Livraison à prix modique et service après-vente garanti