

Gros plan sur...

AGENDA

Le grand marché transatlantique : une menace pour les peuples d'Europe

/// Les Équipes populaires et le Ciep-MOC vous proposent une conférence-débat : "Le grand marché transatlantique : une menace pour les peuples d'Europe ?". La conférence sera animée par Raoul Marc Jennar, essayiste, docteur en Sciences politiques. Elle sera suivie d'un débat.

Date : le 26 septembre à 20h
Lieu : Collège Sainte Gertrude, chaussée de Mons à Nivelles
Infos : 067/21.89.91 • 0487/28.24.43

Échanger, grouper, coopérer... c'est gagné !

/// Le Groupe d'action locale MOC-Ciep de Perwez organise une conférence-débat : "Échanger, grouper, coopérer... c'est gagné !" avec, comme intervenants le SEL d'Orbais, HesbEnergie et Wikipower. Entre les services d'échange, les coopératives énergétiques et les groupements d'achat... il est temps de consommer renouvelable.

Date : le jeudi 9 octobre à 20h
Lieu : Centre culturel de Perwez, 32 grand Place, salle Demanet.
Prix : gratuit.
Infos : isabelle.somville@ciepbw.be • 067/21.89.91.

Café citoyen

/// Les Équipes populaires du BW vous invitent à un café citoyen sur le thème "La 6^e réforme de l'État: les enjeux concrets pour le citoyen" par Marcel Cheron, député fédéral.

Date : le jeudi 9 octobre
Lieu : salle des mariages de l'Hôtel de ville, place Albert 1^{er} à Nivelles
Infos : Laurence Delperdange • 0487/28.24.43

Communication non-violente

/// Vie féminine organise une formation en communication non violente pour apprendre à gérer ses émotions, à se connaître et à communiquer autrement dans la bienveillance et le respect de chacun.

Dates : un samedi par mois de 9h30 à 12h30 de septembre à juin
Lieu : Vie féminine, 85 boulevard des Archers à Nivelles
Prix : 12 EUR/séance pour les membres VF, 24 EUR/séance pour les non-membres (atelier prévu pour 8 à 12 personnes). Engagement demandé pour le cycle. Possibilité d'échelonner le paiement
Infos et inscriptions : Vie féminine au 067/84 13 75 • brabant-wallon@viefeminine.be

Des ateliers massage et portage bébé de la Mutualité chrétienne

Devenir parent est une étape importante pendant laquelle nous manquons parfois de confiance en nous. Pour vous accompagner, la Mutualité chrétienne vous propose deux séances gratuites de massage et portage bébé. Le but étant de vous faire découvrir d'autres outils et de pouvoir profiter d'un moment convivial de portage.

Le massage bébé

De plus en plus conseillé, le massage bébé est un moment privilégié de portage. Il permet de découvrir les gestes qui apaisent votre bébé, il vous apprend à comprendre son langage non-verbal. Cette meilleure communication favorise votre relation car elle permet de mieux distinguer ses besoins et de renforcer le lien d'attachement et de confiance qui vous unis.

Outre le côté relationnel, le massage a de nombreuses vertus. Il améliore le sommeil, réduit les tensions et les frustrations, développe l'éveil corporel de l'enfant...

Animation : Marlène Kazimierczuk, psychologue et collaboratrice ONE en massage bébé.

Le portage bébé

Source de plaisir mutuel entre le parent et l'enfant, le portage offre la possibilité, directement après la naissance, de créer un cocon douillet et apaisant. Effectivement après neuf mois de chaleur, de mouvements et de contacts constants avec sa mère, le bébé subit d'importants changements et a besoin d'être rassuré.

Cette position lui permet alors de découvrir le monde qui l'entoure à hauteur d'homme et protégé.

Ce sentiment de sécurité est primordial pour la croissance de l'enfant, cela l'aide à se construire une personnalité solide et confiante. En position verticale, le portage favorise le développement psychomoteur.

Des ateliers de massage et de portage gratuits à Nivelles et Braine-l'Alleud.



Des séances d'initiation gratuites

La MC vous propose des séances d'initiation gratuites à Nivelles et Braine l'Alleud.

Dates et lieux

Le 8 octobre à Braine-l'Alleud, 33 rue Schépers.
Le 9 octobre à Nivelles, 54 boulevard des Archers (salle Philippe Detienne, 3^e étage).

Horaires

9h15 - 10h45 : une première séance portage et massage bébé.
11h - 12h30 : une deuxième séance portage et massage bébé.

Choisissez la tranche horaire qui vous convient le mieux et inscrivez-vous via le formulaire web sur www.mc.be/naissancebw.

Infos : 067/89.36.36

Les autres initiatives "naissance" de la MC

Des conseillères naissances à votre disposition

Pour vous aider lors de démarches administratives et globaliser les informations liées à une grossesse, la MC vous propose un accompagnement personnalisé.

Une conseillère mutualiste, spécialisée dans ce domaine, peut vous rencontrer, à votre convenance, soit à votre domicile, soit à votre agence. Pour prendre contact avec nos conseillères "naissance", rien de plus simple : il suffit de se connecter sur www.mc.be et de remplir le formulaire. Elles vous recontacteront rapidement pour prendre rendez-vous.

Des cadeaux pour les futures mamans

Dès trois mois de grossesse, les futures mamans peuvent choisir un cadeau parmi les cinq offres proposées par notre partenaire Qualias :

- un ballon siège,
- une écharpe porte-bébé,
- un stimulateur de rééducation périnéale,

- un set de produits de soins Weleda,
- un coussin d'allaitement.

Pour obtenir le cadeau, il suffit, là aussi, de compléter le formulaire "naissance" sur www.mc.be



Faites de BEAUX RÊVES !

Lit électrique

- Relève-buste et relève-jambes
- Lit à hauteur variable
- Sommier à lattes bois de 90x200cm
- Barrières coulissantes
- Potence



Dans nos magasins Qualias à Court-St-Etienne - Jodoigne Nivelles

WWW.QUALIAS.BE



à partir de 1470€
1099€

Action non cumulable, valable du 1^{er} au 31 octobre 2014. Sauf omission ou erreur d'impression. Voir conditions en magasin.

QUALIAS
Bandagisterie - Orthopédie - Optique - Auditif
Partenaire Mutualité chrétienne

Solidarité

CAP 48, clap départ

Les mutualités chrétienne et socialiste sont persuadées que la solidarité et le développement d'un monde où les personnes handicapées ont véritablement une place est indispensable. À cette fin, des bénévoles y mettent leur énergie pour permettre le financement de projets qui visent à l'intégration et le développement de l'autonomie des personnes handicapées.

L'ASBL Mobilité en Brabant wallon, émanation des deux mutualités ainsi que d'Altéo et l'ASPH a repris la coordination des bénévoles pour la province du BW. L'action CAP 48 se déroulera cette année du **vendredi 3 au dimanche 12 octobre**. Durant cette période, vous aurez l'opportunité d'acheter les post-it de la campagne. Acheter les produits CAP 48, c'est aussi donner le coup de pouce nécessaire au démarrage de projets nouveaux et innovants.

Un aperçu des projets financés l'an passé

En 2013, ce ne sont pas moins de 104 projets qui ont été financés par CAP 48 dont huit dans la province du Brabant wallon. Parmi ceux-ci, il y a la Cordiante, une ASBL de Tilly dont le projet est de proposer des projets transversaux qui rassemblent autour d'un objectif sportif des jeunes en difficulté, des jeunes handicapés mentaux et des jeunes valides.



Grâce à l'aide de CAP 48, l'association a pu aménager de nouveaux locaux.



RÉGION

La MC au Tour Sainte Gertrude

///

Le Tour Sainte Gertrude, événement folklorique nivellois s'il en est, se déroulera cette année le **dimanche 5 octobre**. Le départ aura lieu après la Messe des Pèlerins, vers 6h45, face à la collégiale. Traditionnellement, des volontaires de la MC seront présents à mi-parcours, sous notre tonnelle, et vous proposeront gratuitement une petite collation : pommes, cake, petits pains... N'hésitez pas à aller à leur rencontre. L'après-midi, la rentrée solennelle vers la collégiale se déroulera à partir de 15h30. De nombreuses animations médiévales sont aussi prévues dans le cloître le samedi et le dimanche.

Paris - Bruxelles en voiturette

///

Au mois d'août dernier, l'association française Mobile en ville, avec la collaboration de l'ASBL Rouli roula, ont relevé le pari un peu fou de relier les capitales française et belge en cinq jours, à raison de 100 kilomètres par jour. Particularité : les équipes étaient composées de personnes voiturées, poussées par des valides en roller. Le 21 août, ils faisaient étape à Nivelles. Sur la Grand-Place, la caravane de sensibilisation était présente dès l'après-midi. Objectifs : montrer que le sport peut être facteur de rencontres enrichissantes entre personnes valides et moins valides et communiquer sur l'accessibilité pour les personnes en voiturettes. Bien entendu, Altéo était sur place et proposait une présentation des différents services que l'ASBL propose en termes de mobilité.

Semaine du cœur

///

Le Centre hospitalier de Nivelles-Tubize (CHTN) s'associe à la Semaine du cœur et proposera des animations tout au long de cette semaine. Le service Infor santé, de son côté, y sera présent avec le vélo presse-fruits.

Nivelles

Mercredi 24 septembre de 9h à 17h : stand cardio avec dépistages des facteurs de risque (tension, glycémie, rythme cardiaque, cholestérol...)

Jeudi 25 septembre à 17h : conférence du Dr Jucquois (cardiologue) sur la prévention cardio-vasculaire, sur la diététique, et sur l'aspect nutritionnel de cette prévention.

Vendredi 26 septembre de 9h à 15h : stand cardio avec dépistages des facteurs de risque (tension, glycémie, rythme cardiaque, cholestérol...)

Tubize

Mercredi 24 septembre de 8h à 17h30 et **jeudi 25** de 8h à 13h : stand cardio avec dépistages des facteurs de risque (tension, glycémie, rythme cardiaque, cholestérol...)

Renseignements : 067/88.53.14

Nous recherchons des bénévoles

CAP 48, à ce jour, c'est plus de 65 millions d'euros récoltés qui ont bénéficié à plus de 50.000 personnes à travers près de 3.000 projets. Ce succès, c'est grâce à la générosité des donateurs mais aussi et surtout grâce aux bénévoles. Ils sont plus de 7.000 bénévoles aujourd'hui à faire en sorte que le handicap ne soit plus un handicap. Malheureusement, il reste encore beaucoup à faire. Imaginez ce qu'il est possible de réaliser si les bénévoles étaient encore plus nombreux. 10, 100, 1.000... Chaque bénévole compte ! Envie de vous investir, complétez le talon réponse ci-dessous et renvoyez-le à Altéo ASBL, 54 bd des Archers à 1400 Nivelles ou contactez Altéo par mail à nicolas.leroy@mc.be.

TALON RÉPONSE

Nom : _____ Prénom : _____
Tel / GSM : _____ Mail : _____

COLLEZ ICI UNE VIGNETTE JAUNE.

Souhaite être bénévole pour l'opération CAP 48

Date : _____ Signature : _____

Le dossier médical global

Un meilleur suivi de vos soins et des avantages financiers !

Le dossier médical global (DMG), véritable historique de votre santé, rassemble toutes les informations médicales vous concernant et permet ainsi à votre médecin généraliste de suivre pas à pas l'évolution de votre santé.

Vos analyses médicales, hospitalisations, vaccinations et autres consultations de médecins spécialistes seront rassemblées par lui. Par ailleurs, le DMG permet de réduire vos quotes-parts personnelles lorsque vous consultez votre médecin généraliste. Il diminue de 30% le montant du ticket modérateur⁽¹⁾ payé pour une consultation au cabinet de votre médecin traitant, et d'un euro pour une visite à domicile. Pour les personnes reconnues malades chroniques ou âgées de 75 ans et plus, la réduction de 30% s'applique aussi lors des visites à domicile.

Les autres avantages du DMG

En plus des remboursements majorés expliqués ci-dessus, le DMG offre une série d'autres avantages. Jugez plutôt :
• 2 euros de réduction pour les affiliés BIM et 5 euros de réduction pour les affiliés ordinaires pour une consultation chez un médecin spécialiste prescrite par votre médecin traitant

(une fois par an et par spécialité).

- Remboursement intégral du supplément demandé pour les consultations entre 18h et 21h.
- Une fois par an, remboursement intégral d'une consultation de prévention (à partir de 45 ans).

Comment faire ?

Demandez l'ouverture de votre dossier médical global à votre médecin traitant. Il vous en coûtera 29,98 euros intégralement remboursés par la mutualité. Si vous êtes inscrit(e) dans une maison médicale, l'ouverture et la prolongation annuelle d'un DMG se font automatiquement. Vous ne devez alors vous charger d'aucune formalité.

Bon à savoir

Pour bénéficier de la réduction, vous devez vous rendre chez le médecin généraliste auprès duquel vous avez fait la demande de DMG. Si vous consultez



En 2014 : soins 100% remboursés pour les 0-18 ans grâce au DMG !

un autre médecin généraliste, vous serez bien sûr remboursé par l'assurance obligatoire mais sans la réduction "DMG" supplémentaire. Si vous souhaitez que ce soit ce médecin qui, dorénavant, gère votre DMG, c'est possible, mais il faudra attendre le 1er janvier de l'année suivante, sauf si votre médecin a opté pour le circuit électronique. En effet, dans ce cas, vous bénéficiez automatiquement de l'avantage DMG chez votre nouveau médecin.

⁽¹⁾ Quote-part personnelle payée par le patient pour les prestations de santé chez un prestataire conventionné.

CALENDRIER DE PAIEMENT

Voici les dates de paiement d'incapacité et d'indemnités pour les mois d'octobre, novembre et décembre.

Les dates reprises ci-dessus sont les dates de départ des paiements. Suivant les banques, il faut compter un à trois jours ouvrables pour que l'argent apparaisse sur votre compte.

Indemnités d'incapacité primaire "régime général"

PÉRIODES	DATE DE DÉPART DU PAIEMENT
Paiement du 1 au 14 octobre	20 octobre
Paiement du 15 au 31 octobre	3 novembre
Paiement du 1 au 14 novembre	20 novembre
Paiement du 15 au 30 novembre	2 décembre
Paiement du 1 au 14 décembre	18 décembre
Paiement du 15 au 31 décembre	29 décembre

Indemnités primaire et invalidité "régime indépendants"

PÉRIODES	DATE DE DÉPART DU PAIEMENT
Octobre	28 octobre
Novembre	25 novembre
Décembre	18 décembre

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