

INFOS MUTUALITÉ

Fermeture du 27 Septembre

Nos Centres mutualistes de santé (agences d'Arlon, Bastogne, Libramont, Marche et Virton) seront fermés le **samedi 27 septembre**, jour de la fête de la Fédération Wallonie-Bruxelles.

Paiement dans les cabinets dentaires MC

Nous attirons d'ores et déjà votre attention sur le changement suivant : à partir du 1^{er} janvier 2015, pour des raisons de sécurité, seuls les paiements par carte bancaire seront acceptés. Nos cabinets dentaires en province de Luxembourg (consultations sur rendez-vous dans les bâtiments MC) :

Cabinets dentaires conventionnés avec la MC (tarifs Inami)

- ARLON • 063/21.17.51
- LIBRAMONT • 061/22.23.21
- MARCHE • 084/31.14.77
- BASTOGNE • 061/21.16.58
- SAINT-HUBERT • 061/61.16.12
- VIRTON • 063/21.18.87

Cabinets dentaires non-conventionnés avec la MC (honoraires libres)

- BARVAUX • 086/21.41.26
- VIELSALM • 080/21.45.25

PRÈS DE CHEZ VOUS

Arlon : Observatoire politique

La déclaration de politique régionale (DPR) : analyse et regard du MOC. Que dit cette DPR ? Quelles grandes orientations politiques ce gouvernement prendra-t-il ? Quels sont les enjeux présentés dans cette DPR ? Quelle analyse le MOC fait-il de ce document ? Le débat sera animé par Frédéric Ligot, secrétaire politique du MOC.

Date : le **lundi 29 septembre** à 19h30
Lieu : dans les locaux de la CSC (1 rue P. Ferrero)
Infos : 063/21.87.33

Bastogne : Colloque

"Les jeunes à haut potentiel et l'école : l'adaptation réciproque ?". Le SAI Parcours Comm'Un, à l'initiative de la province de Luxembourg, avec la collaboration de l'ASBL "HP repères Luxembourg", a invité divers intervenants (psychologues, directeurs d'écoles, acteurs politiques...) afin de tenter de répondre aux nombreuses questions quant à la scolarité de ces jeunes.

Date : le **samedi 4 octobre** de 9h à 16h30
Lieu : Athénée royal Bastogne-Houffalize (12 avenue de la Gare)
Prix : 10 EUR (5 EUR pour les étudiants)
Infos et inscriptions : 063/58.88.45 • 0497/44.45.94 (9h-17h) • parcours.commun@province.luxembourg.be

Marche : Socrate en écho

Réflexion-formation gratuite sur le travail. Doit-on nécessairement rester dans un système de société centré sur l'emploi ? Grâce à des témoignages, des expériences, des lectures, vous découvrirez d'autres formes d'organisation du travail et du vivre ensemble. Accessible à tous.

Date : deux **jeudis par mois** de 18h30 à 21h30, à partir du jeudi 9 octobre
Lieu : à la MC (8A1 avenue du Monument).
Infos et inscriptions : 063/21.87.33 • vquinet.moclux@gmail.com

Mutualité chrétienne de la Province de Luxembourg

(Également Lierneux, Trois-Ponts, St-Vith)
7-9 Rue de la Moselle à 6700 Arlon
Éditrice responsable : Joëlle Lehaut
Fax : 063/21.19.99 • E-mail : arlon@mc.be

Tél. : 063/21.17.11

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

Santé

Diabète : le pied dans tous ses états

Quand on aborde la question du diabète, on en vient souvent à parler du "pied du diabétique". Un diabète mal équilibré endommage les artères et les nerfs. Il a tendance à fragiliser particulièrement les pieds de par leur situation (extrémité du corps) et les contraintes continues qu'ils subissent (marche, enfermement...).

Les frottements dans la chaussure, associés à une perte de sensibilité et à des troubles vasculaires, peuvent créer de graves lésions pouvant amener, à terme, à l'amputation.

Vinciane Collard (Maison du diabète) nous explique : "Le podologue joue un rôle primordial dans la prise en charge préventive du pied diabétique : un pied bien soigné est un pied qui

souffre moins et qui évitera plus facilement les complications... C'est pourquoi la Maison du diabète a travaillé avec neuf podologues agréés (ndlr : dont 5 reçoivent dans des locaux de la MC) sur une présentation destinée à sensibiliser et informer les personnes diabétiques sur cette question du "pied", sur les remboursements prévus et les autres professions qui peuvent les soulager et les aider. Ensuite, l'Asso-

ciation du diabète* a pris le relais : en partenariat avec les mutuelles, elle organise des conférences un peu partout dans la province afin de présenter le fruit de ce travail aux personnes diabétiques."

*L'Association du diabète (www.diabete-luxembourg.be) est une association de bénévoles qui organise des conférences et des activités pour les personnes diabétiques de façon à les informer et à les aider à se sentir moins seules. Info : tél. 061/41.23.10.

Posez vos questions en direct !

Conférences à Bastogne et à Libramont : La prise en charge préventive du pied du diabétique

Les Maisons du diabète, en partenariat avec la MC et les magasins Qualias, vous proposent deux conférences pour vous aider à y voir plus clair : que peut apporter le podologue dans la prise en charge préventive du pied diabétique ? Quels soins spécifiques apporter pour éviter les complications ? Quels sont les remboursements disponibles pour les soins de podologie ? ...

De nombreuses brochures d'information seront mises gracieusement à votre disposition, y compris les publications de la MC (service Infor santé) : "Le pied du diabétique - La prévention", "Le passeport du diabète : un outil précieux", "Vivre le diabète au quotidien"...

- **Rendez-vous à Bastogne, le mardi 30 septembre (20h) Conférence donnée par :**
- Sung Ja Lurson et Christophe Van de Velde, podologues
- Roberto Van Ooteghem, podologue-posturologue
Lieu : MC de Bastogne - 10r rue Pierre Thomas (salle Mardasson - 2^e étage).



- **Rendez-vous à Libramont, le mardi 14 octobre (20h) Conférence donnée par :**
- Sung Ja Lurson, Julie Bolle et Christophe Van de Velde, podologues
- Roberto Van Ooteghem, podologue-posturologue
Lieu : MC de Libramont - 2 rue des Alliés (salle 2^e étage).

Conférences gratuites et ouvertes à tous. Pour plus d'infos : 0495/58.10.56 • www.diabete-luxembourg.be

Les Maisons du diabète

Les Maisons du diabète proposent d'aider les personnes diabétiques à mieux comprendre et vivre leur diabète. Des consultations d'une infirmière spécialisée et d'une diététicienne sont proposées aux patients diabétiques afin de répondre à leurs questions, les informer, leur apprendre les bonnes techniques d'autocontrôle et d'injection... De nombreuses informations y sont aussi données concernant les remboursements existants, le milieu associatif... Les Maisons du diabète sont actuellement gérées et financées par les trois Cercles de médecine générale de la province dans le cadre de la mise en place des Réseaux locaux multidisciplinaires (RLM) ayant pour mission la promotion des "trajets de soins" : les RLM sont un outil de promotion incitant à la collaboration entre le patient, le médecin généraliste et le médecin spécialiste, pour une meilleure prise en charge et un meilleur suivi du patient dans sa maladie. Sept Maisons du diabète en province de Luxembourg : Barvaux, Marche, Bièvre, Bastogne, Libramont, Tintigny, Athus. Rendez-vous : 084/41.10.00 (en matinée).

Les services santé MC

La MC vous propose les services de diététiciennes et de podologues dans ses bâtiments, dont

les prestations donnent droit aux remboursements prévus pour les bénéficiaires du "Passeport du diabète" ou du "trajet de soins".

- **Service podologie :**
à Arlon et Virton (063/21.18.86),
à Libramont (063/21.18.66),
à Bastogne (063/21.18.65),
à Marche (084/31.14.77), et
à Vielsalm (0474/59.76.37).
- **Service diététique :**
à Arlon et Virton (063/21.18.82),
à Libramont, Marche et Bastogne (084/32.09.18).

Des aides financières

Si vous souffrez de diabète, vous bénéficiez d'interventions, sous certaines conditions, dans le cadre de l'assurance obligatoire :

- **Remboursement de certains frais :** seringues, insuline, antidiabétiques oraux, glucomètres...

- **Auto-surveillance à domicile :** formation et guidance dans le traitement...

- **Passeport du diabète et trajet de soins :** vous bénéficiez d'interventions spécifiques (consultations chez un diététicien et/ou un podologue agréé...).

De plus, grâce à l'Hospi solidaire comprise dans l'assurance complémentaire de la MC, les membres MC peuvent bénéficier d'un forfait unique de 150 euros suite à une hospitalisation liée à leur diabète (forfait "maladie grave ou coûteuse"). Dans ce cadre, les membres MC qui ont souscrit une assurance hospitalisation facultative auprès de la MC peuvent bénéficier d'une intervention complémentaire allant jusqu'à 2.000 euros.

Plus d'infos ? Contactez la MC, les Maisons du diabète ou votre podologue.

Qualias, votre spécialiste en matériel d'aide et de soins pour diabétiques



Matériel d'auto-mesure (glucomètre...), produits spécifiques pour les pieds diabétiques (chaussures semi-orthopédiques, chaussettes, accessoires de confort contre les douleurs et les déformations, crèmes pour l'hygiène et la protection...) à prix préférentiels pour les membres MC !

- **Magasin d'Arlon**
36 place Didier à 6700 Arlon
063/21.31.95
- **Magasin de Libramont**
2C rue des Alliés à 6800 Libramont
061/23.01.50
- **Magasin de Marche**
8 avenue du Monument à 6900 Marche
084/32.09.01

Événement

Rejoignez la MC au Salon 1.001 familles !

Des informations et des conseils pour votre vie de famille, mais aussi des animations, des conférences, des spectacles ou encore des ateliers, et ce pour tous les âges... Bref, 1.001 raisons d'emmener votre famille à ce salon ! Et parce que la MC veut elle aussi vous accompagner, nous serons présents avec une foule d'activités. Venez nous rendre visite les 11 et 12 octobre au Wex de Marchen-Famenne !

De nombreuses activités



Durant tout le week-end, et à divers endroits du salon, la MC, en partenariat avec ses services, ASBL et mouvements, vous proposera de nombreuses animations :

- une "bouche" gonflable où vos enfants apprendront l'importance de se brosser les dents ;
- un jeu de l'oie géant pour découvrir l'univers de "Phil chez le dentiste" ;
- un apéro gratuit "cocktail-vacances" sans alcool ;
- un atelier Viactive (gym douce) ;
- une animation "Votre pension, quand, comment, combien ?" ;
- etc.

Pour certaines activités, il est conseillé de vous inscrire préalablement en ligne : visitez le site du salon pour en savoir plus (www.1001familles.be).

Et sur le stand MC...



Outre les activités proposées, passez également nous rendre visite sur notre stand !

En tant que sponsor du village "Équitable et santé", le stand de la MC sera l'un des incontournables du salon. Au programme, des animations, des jeux et un concours à faire en famille sur le thème de la santé bucco-dentaire.

Infos pratiques

Dates : le samedi 11 octobre (de 11h à 19h) et le dimanche 12 octobre (de 11h à 18h)

Prix : 6 EUR pour les adultes, 3 euros pour les enfants de 3 à 12 ans.

Préventes disponibles en ligne sur le site du salon. Parking de 3000 places gratuit.

Infos et inscription pour toutes les animations : www.1001familles.be

Concours : la MC vous offre vos entrées au salon !

À remporter : 40 x 2 entrées.
Pour jouer, rendez-vous sur www.mc.be/1001familieslux.
Clôture du concours le dimanche 6 octobre à minuit.



Énéo - énéoSport

Prochaines activités pour les aînés



Florenville : Conférence-débat
"Les pratiques de la médecine populaire", par Monsieur René Henry. Le recours à celles et à ceux qui bénéficient d'un don privilégié leur permet de soulager ou de guérir divers maux est, toujours aujourd'hui, très fréquent. Nos régions comptent encore de nombreux guérisseurs, empiriques ou mystiques, dont la réputation est parfois particulièrement bien assise. Les rebouteux, les r'pougnets, les ségneus et autres radiesthésistes ou magnétiseurs sont encore recherchés et fréquemment consultés. Leurs "pouvoirs" sont largement commentés. Dans son livre paru en 2012 et intitulé Pratiques de la médecine populaire, Monsieur René Henry part à la découverte de remèdes ancestraux mais aussi de ces gens réputés guérisseurs. Son ouvrage est le résultat de plusieurs décennies de recherches, de rencontres ou d'échanges de courrier que l'auteur met en perspective. Avec une question sous-jacente : comment après plusieurs siècles, de telles pratiques sont-elles toujours en vogue ?
Date : le lundi 29 septembre à 14h
Lieu : salle la Gaumaise (13 rue de l'église)
Prix : 3 EUR (café compris)
Infos et inscriptions : 063/45.52.99

Ypres : Visite de commémoration
Dans le cadre de son projet sur la commémoration de la guerre 14-18, le secteur Énéo de Marche organise, en collaboration avec le CPCP et les Aînés en Marche, une visite de la ville de Ypres.
Au programme :
- **7h :** départ en car de la Place de l'Étang à Marche
- **10h30 :** visite guidée de la ville et des monuments historiques
- **12h :** repas de midi ou casse-croûte au café du musée
- **14h30 à 16h30 :** visite du nouveau musée "In Flanders Fields"
- **16h45 :** visite du cimetière "Tyne Kot" à Passendael
- **17h30 :** retour vers Marche
Date : le mardi 30 septembre
Prix : 52 EUR avec repas ou 40 EUR sans repas.
Inscriptions : la réception du versement au compte BE16 7795 9786 3574 avec la mention "Ypres" sera considérée comme inscription sous réserve d'une clôture anticipée des réservations dès que le nombre de places disponibles dans le car sera atteint.
Infos : 0474/45.88.37 (de 18h à 20h) • willem_carl@yahoo.fr

Martelange : Journée sportive
énéoSport organise une journée sportive découverte pour les personnes ayant 50 ans et plus.

Cette journée est l'occasion pour les membres des clubs énéoSport du secteur d'Arion de présenter leurs activités. Toutes les activités sont animées par des moniteurs sportifs reconnus, adaptant le rythme à un public d'aînés, avec un mot d'ordre : la convivialité !

Au programme, pas loin de 20 disciplines : pétanque, balade ornithologique, marche, indiana, marche nordique, Viactive (gym douce), yoga, badminton, gymnastique, VTT, Zumba Gold, tai-chi, Molki (pétanque suédoise)...
Date : le samedi 11 octobre de 8h30 à 17h30
Lieu : à la maison de village de Martelange
Prix : 12 EUR (activités, café et repas de midi)
Infos : 063/21.84.07 • ajost@skynet.be

ASSURANCE COMPLÉMENTAIRE

Garde d'enfants malades

/// >> Votre enfant est malade et vous n'avez personne pour le garder ? Faites appel à la MC et à son service de garde d'enfants malades à domicile ! En plus, en tant que membre MC en ordre d'assurance complémentaire, vous avez droit à dix jours gratuits par an !

Grâce à une collaboration entre la MC et les services d'Aide et soins à domicile (ASD), votre enfant jusqu'à 12 ans peut être gardé par des puéricultrices à domicile, et ce à l'unique condition d'être couvert par un certificat médical.



Faites confiance à des professionnelles !

Les gardes d'enfants malades d'ASD sont des professionnelles de l'enfance et des soins à domicile. Elles sont qualifiées et suivent une formation continue. Leur métier est d'assurer sécurité et bien-être à votre enfant malade. Elles lui prodiguent les soins nécessaires tout en lui apportant réconfort, écoute et attention.

Dix jours gratuits pour les membres MC

La MC prend entièrement en charge dix jours de garde par an et par enfant pour ses membres en ordre de cotisation, qui sont automatiquement déduits de votre facture. Au-delà de ces dix jours, un coût journalier maximal de douze euros est garanti.

Et tant d'autres avantages !

- Service joignable 7j/7 et 24h/24.
- Une puéricultrice à votre domicile du lundi au vendredi entre 7h30 et 18h30 (maximum 10h/jour).
- Vous obtenez une réponse dans l'heure, et la garde de votre enfant peut débuter dès le lendemain de votre appel (si vous appelez en matinée, garde possible dès l'après-midi).
- Service présent sur toutes les communes de la province de Luxembourg.
- Possibilité d'une pré-inscription pour un gain de temps.

Dès le 1^{er} octobre, nouveau numéro de téléphone unique pour toute la province de Luxembourg : 063/45.00.75 (jusqu'au 30 septembre : 063/23.04.04).

Plus d'infos ? www.mc.be/garde-enfant-malade

INITIATIVE

Grand marché logopédique

/// >> L'UPLF (Union professionnelle des logopèdes francophones) vous donne rendez-vous le samedi 4 octobre à Bastogne pour la cinquième édition de son marché logopédique.

Professionnel ou simple curieux, venez profiter de cette journée pour découvrir du matériel, des jeux, des livres, des informations... en lien avec la logopédie. De nombreux exposants seront présents et quatre conférences seront proposées.

Date : le samedi 4 octobre de 9h à 17h
Lieu : à l'INDSÉ (Petit Séminaire), 6 Place en Piconrue à Bastogne
Infos pratiques : ouvert à tous, entrée libre, petite restauration, grand parking gratuit dans la cour de l'école (parking des Marronniers)
Plus d'infos : www.uplf.be • uplf.lux@hotmail.com

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 Arlon - Libramont - Marche
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.