

AGENDA

Quinquagénaires, sexagénaires, pensons à notre avenir

La section locale Énéo de Braine-l'Alleud propose deux conférences-débats pour s'informer des possibilités existantes pour rester à domicile jusqu'à un âge avancé. Exploration des projets en Brabant wallon et plus particulièrement à Braine-l'Alleud.

- Le **vendredi 24 octobre** de 14 à 16 heures, Catherine Thys, chef du service politique santé de la M.C. du Brabant wallon, vous proposera des pistes pour pouvoir vieillir dignement à Braine-l'Alleud, ainsi que des indicateurs sur le vieillissement dans la commune et dans le Brabant wallon.
- Le **vendredi 28 novembre** de 14 à 16 heures, Anne Jaumotte, chargée de projets pour Énéo, vous proposera les diverses possibilités pour bien vieillir : aménagement du domicile personnel, résidences service, habitats kangourous, maisons de repos... à Braine-l'Alleud !

Lieu : MC Braine-l'Alleud, 33 rue Schépers
 Prix : Gratuit
 Renseignements : 067/89.36.90

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 1er à Nivelles.
 Renseignements : Laurencé Delperdange au 0487/28.24.43

Domus

Domus, l'équipe pluraliste de soins palliatifs à domicile du Brabant wallon vous invite à l'avant-première du film Samba d'Eric Toledano et Olivier Nakache, avec Omar Sy et Charlotte Gainsbourg.

Lieu : Cinéscope de Louvain-la-Neuve
 Date : le **14 octobre** à 19h30
 Prix : adultes : 20 EUR en prévente, 25 EUR sur place ; étudiants : 15 EUR en prévente, 20 EUR sur place.
 Réservation : par paiement sur le compte de l'ASBL Domus : BE88 0682 1357 6041
 Renseignements : secretariat@domusasbl.be • www.domusasbl.be

ALTÉO

L'après-parent

En mars 2013, Altéo Brabant wallon et l'Exception (service d'accompagnement pour personnes handicapées) organisaient un colloque sur le thème de "l'après-parent". Celui-ci visait à répondre à des questions que se posaient nombre de parents quant à l'avenir de leurs enfants, porteurs d'un handicap, lorsqu'ils ne seront plus là : les aspects juridiques, la gestion des biens...

Ce fut un riche moment d'échanges qui a permis de répondre à de nombreuses questions avec l'aide des experts juridiques et associatifs. Néanmoins, de nombreux participants sont restés sur leur faim. L'idée a donc germé au sein de mouvement de constituer un groupe de parole "après-parent".

Ce groupe s'est réuni pour la première fois en septembre et a décidé de poursuivre sa réflexion. L'objectif du groupe est, à terme, d'apporter des réponses sécurisantes pour les parents sur l'avenir de leurs enfants adultes. La prochaine réunion du groupe aura lieu le jeudi 16 octobre de 13h30 à 15h30, dans les locaux de la Mutualité chrétienne à Nivelles (54 bd des Archers).

Envie de rejoindre ce groupe de parole ? Prenez contact avec Altéo au 067/89.36.80 • catherine.vanmuysewinkel@mc.be ou avec l'Exception au 067/89.36.19 • muriel.triolo@exceptionasbl.be

NICOLAS LEROY
 ALTÉO

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

Gros plan sur

Quand le jeune s'alcoolise...

Les idées reçues sur l'alcool ne manquent pas. Parmi celles-ci, une consommation excessive des jeunes, notamment depuis l'apparition du phénomène du binge drinking. Les jeunes boivent-ils plus qu'avant ?

Dans un article récent, le docteur Gueibe, psychiatre alcoologue, prétend que l'alcool est une drogue. Cette information, qui trouble beaucoup de consommateurs, est rappelée dans la campagne de l'ASBL IDA (Information sur les drogues et l'alcool). Celle-ci ajoute que l'alcool est par ailleurs la drogue la plus consommée, la plus meurtrière mais aussi la plus banalisée au sein de la population.

Même pas peur !

Il semble que les jeunes consommateurs soient peu sensibles au risque qu'ils courent de verser dans la dépendance. Pour eux, cette maladie est le fait des plus vieux, des consommateurs chroniques, des gens qui ne savent pas se contrôler... Leur consommation se limite à des soirées, une ou deux fois sur la semaine. Mais quelles soirées ! Parfois, ils n'en ont plus qu'un vague souvenir. Pourtant, ce qu'ils cherchent, c'est l'effet "relaxant". Cet état qui, au-delà du gramme d'alcool dans le sang, se caractérise par une facilité à s'adres-

ser à autrui, à être plus cool, à se sentir plus relax pour draguer...

Connaître sa drogue

Selon le docteur Gueibe, pour sensibiliser les jeunes à une consommation raisonnée de l'alcool, il ne faut pas tenir le discours de la dépendance. Au contraire, mieux vaut évoquer les risques qu'ils prennent à le consommer à l'excès. Le message important à leur proposer, c'est qu'il est nécessaire d'apprendre à connaître cette drogue. Ainsi, ils pourront mieux la maîtriser et en tirer du plaisir lors de moments festifs. Connaître la drogue, c'est éviter la dérive importante et dangereuse dans sa consommation. Qui plus est lorsque, en tant que jeunes, ils sont la cible de publicités habilement orchestrées par les alcooliers. Il faut parler aux jeunes du plaisir de l'alcool. Ils sont en droit de le connaître. Mais il faut leur rappeler qu'ils méritent mieux que d'être manipulés dans un but purement commercial !

Connaître la drogue, c'est éviter la dérive importante et dangereuse dans sa consommation.



La jeunesse en fête ne demande pas l'ivresse, ne mérite pas le coma. Un jeune mort à cause de l'alcool est un immense gâchis pour la société.

Bon à savoir

Vous vous posez des questions sur le sujet ?

La Mutualité chrétienne et l'AMO de Jodoigne organisent une conférence sur le thème "Boire et déboires, quelle prévention possible auprès des jeunes ?" et sera animée par le docteur Raymond Gueibe, psychiatre et auteur de nombreux travaux sur le sujet.

Date : le **6 novembre** à 20h
 Lieu : salle communale des Calèches, rue du Château, 13 à Jodoigne
 Accès : ouvert à tous, entrée gratuite
 Renseignements et inscription (obligatoire) : AMO au 010/81.38.17 • amojodoigne@gmail.com ou MC Jodoigne au 010/81.35.66 • jodoigne@mc.be



Vaccination

La MC intervient jusqu'à 25 euros par an

L'automne est à nos portes, il est opportun de rappeler que votre mutualité intervient dans le coût des vaccins et traitements désensibilisants.

En tant que membre de la MCBW, vous pouvez obtenir une intervention de 25 euros maximum par année civile et par bénéficiaire pour les vaccins reconnus.

Concrètement

Peu importe votre âge, la Mutualité chrétienne du BW interviendra dans le coût de vos vaccins reconnus et traitements désensibilisants. Bien entendu, vous ne pouvez prétendre à cette intervention que lorsque vous aurez effectivement fait l'acquisition du vaccin. Cette intervention ne vaut pas pour les vaccinations gratuites effectuées dans les réseaux de vaccination de la petite enfance suivant le calendrier vaccinal de base, ni pour les vaccins gratuits effectués dans le cadre de la médecine du travail, ni pour tout autre vaccin gratuit. L'intervention dont vous bénéficiez (maximum 25 euros par an) sera cal-

culée sur les coûts restants à votre charge après déduction de tout autre remboursement ou ristourne.

En pratique

Le remboursement sera effectué sur base d'une attestation de prestation pharmaceutique remboursable dans le cadre d'une assurance complémentaire (BVAC) délivrée par le pharmacien. N'hésitez donc pas à lui demander ce document car seule cette preuve d'achat peut vous permettre d'obtenir ce remboursement. Enfin, pour bénéficier de l'intervention, le membre doit être en ordre de cotisation.

Quand puis-je remettre ma preuve d'achat à la Mutualité ?

Dès la vaccination, vous pouvez déposer vos preuves d'achat accompagnées d'une vignette de mutuelle dans l'une de nos boîtes aux lettres



ou l'envoyer à la Mutualité chrétienne du BW, service Mutualité par correspondance, 54 bd des Archers à 1400 Nivelles.

N'hésitez pas à prendre des renseignements complémentaires auprès de votre conseiller mutualiste.

Jeunesse & santé

Des vacances made in J&S

Jeunesse & santé organise des séjours pour enfants et adolescents entre 7 et 18 ans durant les vacances de Noël, de carnaval et de Pâques. Au programme : équitation, cuisine, aventure et ski, le tout dans une ambiance made in J&S !

Les enfants seront encadrés par des animateurs formés. Ils leur feront vivre des animations tantôt surprenantes, tantôt palpitantes jusqu'au coucher où ils pourront rêver d'une nouvelle journée riche en surprises et en rebondissements ! Si vous cherchez des séjours liant amusement et bien-être de l'enfant, ne cherchez plus... Voici l'offre hiver 2015 de Jeunesse & santé.

Carnaval

Equitation à Spa

Pour les 7-10 ans (nés entre 2005 et 2008)

Le manège géré par une équipe de professionnels sera le témoin des prouesses équestres de chaque enfant. Les groupes sont constitués en fonction de l'expérience de chacun, débutant ou confirmé, afin que tout le monde puisse apprendre à son rythme et évoluer dans la pratique équestre.

Dates : du 14 au 21 février

Prix : 285 EUR. Prix membre MC : 224 EUR

Cuisine à Durbuy

Pour les 10 à 13 ans (nés entre 2002 et 2005)

La cuisine sera au centre des préoccupations... Les enfants pourront s'essayer à la boulangerie/pâtisserie, à la cuisine du monde mais aussi à la cuisine en mode "survie". Tous les soirs, les enfants deviendront les maîtres des casseroles en choisissant leur menu et en mettant les petits plats dans les grands !

Dates : du 14 au 21 février

Prix : 275 EUR. Prix membre MC : 170 EUR

Ski à Mariapfarr (Autriche)

Pour les 15-18 ans (nés entre 1997 et 2000)

Les jeunes découvriront quatre domaines skiables différents, ce qui représente 190 km de pistes aussi bien pour les débutants que pour les confirmés ! Des groupes seront constitués en fonction des différents niveaux et quatre heures de ski seront dispensées chaque jour par des moniteurs spécialisés.

Dates : du 14 au 21 février

Prix : 790 EUR. Prix membre MC : 715 EUR

Pâques

Mix Anim' à Spa

Pour les 7-12 ans (nés entre 2003 et 2008)

C'est dans un cadre verdoyant que les enfants auront l'occasion de partir à la découverte de la nature et de ses nombreux trésors enfouis. Ce séjour proposera à chacun de se dépasser, de partir à la découverte de soi, de réaliser de nouveaux exploits, dans un monde où l'aventure n'a aucune limite !

Dates : du 4 au 11 avril

Prix : 304 EUR. Prix membre MC : 143 EUR



Equitation à Graide

Pour les 9-13 ans (nés entre 2002 et 2006)

Vivre au rythme des chevaux dans le magnifique manège de Graide. Apprenti cavalier ou expérimenté, tout le monde trouvera son équilibre (dressage, soins, promenades au galop ou au trot...). Par demi-groupe et en fonction de son niveau, chaque enfant aura la possibilité de progresser à son rythme. Ils bénéficieront quotidiennement de trois heures de temps d'équitation.

Dates : du 11 au 18 avril

Prix : 385 EUR. Prix membre MC : 224 EUR

Aventure à Spa

Pour les 10-13 ans (nés entre 2002 et 2005)

Durant ce séjour, chaque enfant participera à une panoplie d'activités sportives et amusantes au cœur d'un vaste domaine : initiation à l'orientation

sous forme de jeux et de découverte de la nature dans le parc du domaine, visite d'un parc animalier (Monde sauvage d'Aywaille), parcours accrobranches : baudrier, mousqueton et moniteur confirmé accompagneront chaque enfant en toute sécurité lors des différents passages sur le pont de singe, piscine, VTT...

Dates : du 11 au 18 avril

Prix : 323 EUR. Prix membre MC : 162 EUR

Mix Anim' à Middelkerke

Pour les 8-13 ans (nés entre 2002 et 2007)

Durant ce séjour, nos animateurs proposeront une panoplie d'activités dynamiques et amusantes au cœur d'un vaste domaine de dunes et de zones de jeux aménagées.

Ils seront plongés dans une aventure des plus incroyables où imagination et créativité seront leurs meilleurs alliés !



Si vous cherchez des séjours liant amusement et bien-être de l'enfant, ne cherchez plus... Voici l'offre hiver 2015 de Jeunesse & santé.



Dates : du 11 au 18 avril

Prix : 304 EUR.

Prix membre MC : 143 EUR

Les animateurs de Jeunesse & santé organisent chaque soir des animations thématiques et variées.

Des séjours ski vraiment pas comme les autres !

Noël, Carnaval ou Pâques

Ski à Saint Jean, Valmeinier ou Orcières Spécial 14 ans (nés en 2001)

Les leçons de ski sont données par petits groupes à raison d'environ quatre heures par jour et encadrées par des moniteurs de l'École française deski.

// Séjours 14 ans : Prix défilants toute concurrence !!!!

NOUVEAU !!!

Les inscriptions peuvent s'effectuer en ligne à partir du 6 octobre via le site www.jeunesseetsante.be, vous devez choisir l'onglet "Vacances".

Si vous désirez plus d'informations ou recevoir un bulletin d'inscription, contactez-nous : 067/89.36.45 • jsbw@mc.be

Voici notre offre pour cet hiver :

| CARNAVAL | AGE | LIEU | THÈME | DÉPART | RETOUR | PRIX | AVANTAGE MEMBRE | PRIX MC |
|-----------|-----------|-------------|------------|------------|------------|-------------|-----------------|-------------|
| Nouvel An | 14 ans | Saint Jean | Ski | 27-12-2014 | 4-01-2015 | 755,00 EUR. | - 250,00 EUR. | 505,00 EUR. |
| Carnaval | 7-10 ans | Spa | Equitation | 14-02-2015 | 21-02-2015 | 385,00 EUR. | - 161,00 EUR. | 224,00 EUR. |
| Carnaval | 10-13 ans | Durbuy | Cuisine | 14-02-2015 | 21-02-2015 | 275,00 EUR. | - 105,00 EUR. | 170,00 EUR. |
| Carnaval | 14 ans | Valmeinier | Ski | 14-02-2015 | 21-02-2015 | 815,00 EUR. | - 250,00 EUR. | 565,00 EUR. |
| Carnaval | 14 ans | Saint Jean | Ski | 14-02-2015 | 21-02-2015 | 815,00 EUR. | - 250,00 EUR. | 565,00 EUR. |
| Carnaval | 14 ans | Orcières | Ski | 14-02-2015 | 21-02-2015 | 815,00 EUR. | - 250,00 EUR. | 565,00 EUR. |
| Carnaval | 15-18 ans | Autriche | Ski | 14-02-2015 | 21-02-2015 | 790,00 EUR. | - 75,00 EUR. | 715,00 EUR. |
| Pâques | 7-12 ans | Spa | Mix'Anim | 04-04-2015 | 11-04-2015 | 304,00 EUR. | - 161,00 EUR. | 143,00 EUR. |
| Pâques | 10-13 ans | Spa | Aventure | 11-04-2014 | 18-04-2014 | 323,00 EUR. | - 161,00 EUR. | 162,00 EUR. |
| Pâques | 14 ans | Valmeinier | Ski | 04-04-2015 | 12-04-2015 | 755,00 EUR. | - 250,00 EUR. | 505,00 EUR. |
| Pâques | 8-13 ans | Middelkerke | Mix'Anim | 11-04-2015 | 18-04-2015 | 304,00 EUR. | - 161,00 EUR. | 143,00 EUR. |
| Pâques | 9-13 ans | Graide | Equitation | 11-04-2015 | 18-04-2015 | 385,00 EUR. | - 161,00 EUR. | 224,00 EUR. |