

FORMATION

Fopes : Une formation universitaire pour des acteurs de changement

La Fopes vous propose un master universitaire en Politique économique et sociale en horaire décalé.

Vous désirez comprendre les enjeux économiques et sociaux qui se posent à la société contemporaine, analyser les politiques mises en œuvre par les acteurs économiques, politiques et sociaux et élaborer avec d'autres des projets et des propositions dans un cadre universitaire ? La Fopes vous propose une formation en trois ans particulièrement pensée pour être compatible avec l'exercice d'une activité professionnelle : elle se déroule le samedi et un soir semaine ou un jour de semaine.

Des séances d'information sont organisées pour les personnes intéressées :

- > à Bruxelles, au MOC, Rue Pletinckx, 19 (salle 3)
 - le mercredi 21 janvier à 18h
 - le jeudi 12 février à 18h
 - le mercredi 22 avril à 18h
- > à Woluwe-Saint-Lambert, sur le site UCL, Jardin Martin V, 42 (salle 42)
 - le samedi 21 mars à 10h

Infos et inscriptions : Fabienne Horstermans au 010/47.39.08 ou secretariat-opes@uclouvain.be • www.uclouvain.be/opes

Gros plan sur...

Pour mieux vous accueillir en agence

Comment gagner du temps tout en bénéficiant d'un service personnalisé et de qualité ? En début d'année, il y a souvent forte affluence dans nos agences. Afin de pouvoir mieux vous servir, nous vous suggérons ici quelques moyens d'éviter les pertes de temps et d'obtenir plus rapidement ce que vous cherchez.

> Choisissez votre moment pour passer nous voir.

Connaissez-vous les heures d'ouverture de votre agence ? Vous pouvez les retrouver en ligne sur www.mc.be (rubrique Points de contact) ou vous renseigner gratuitement en appelant le 0800/10 9 8 7. Ensuite, si vous êtes libre en journée, choisissez un moment plus calme pour venir en agence : le matin avant 11h ou l'après-midi.

Évitez également de vous présenter en agence juste avant l'heure de fermeture. En effet, en cas de forte affluence, le conseiller fermera la porte ¼ avant la fin de la permanence (12h45) pour permettre de traiter le dossier du dernier affilié dans des conditions optimales.

Contactez votre agence par téléphone afin de convenir avec un conseiller d'une entrevue.



> Optez pour le rendez-vous.

Vous avez reçu récemment un courrier concernant la prolongation de vos droits à l'Intervention majorée (IM), une inscription... ? Ne faites pas la file, prenez rendez-vous ! Votre foyer s'agrandit, vous prévoyez une hospitalisation, vous avez mille questions à nous poser ? Contactez votre agence par téléphone afin de convenir avec un conseiller d'une entrevue. Nous pourrions ainsi directement vous recevoir à l'heure convenue, et nous aurons pu préparer votre dossier : c'est plus pratique pour vous aussi !

> Utilisez les modes de contact à distance

Il n'est pas toujours nécessaire de vous déplacer ! Vous pouvez nous contacter :

- par téléphone : 02/501.58.58
- par mail : st.michel@mc.be
- en ligne : www.mc.be

De nombreux documents (attestations, documents déclaratifs, brochures, vignettes jaunes...) peuvent être commandés ou téléchargés sur www.mc.be (rubrique "Self-service"). Si vous n'avez pas Internet chez vous, vous pouvez passer commande auprès du numéro vert 0800/109 8 7.

> Déposez vos attestations dans une boîte MC.

Pour obtenir le remboursement de vos soins, il n'est pas nécessaire de faire la file, ni même de vous rendre en agence. Vous pouvez déposer vos attestations de soins dans la boîte MC la plus proche de chez vous. Depuis le mois de novembre 2014, nous traitons une partie de vos attestations de soins par scanning (lecture automatique). Pour un traitement optimal, nous vous demandons de toujours bien coller une vignette d'identification sur chaque document transmis.

Ne vous inquiétez pas si vous recevez en plusieurs fois des remboursements pour des attestations que vous nous avez transmises à la même date : certaines interventions peuvent être accordées plus rapidement, tandis que d'autres ne bénéficient pas encore du traitement par scanning.

Savez-vous que vos attestations de soins restent remboursables deux ans ?

Vous pouvez donc encore nous remettre des demandes d'intervention pour des soins reçus en 2013.

Il en va de même pour les interventions de l'assurance complémentaire (sport, séjours de vacances, contraception, vaccins, homéopathie, médecines douces, diététique, etc.).

> Consultez à distance l'état de vos remboursements

Vous souhaitez obtenir un aperçu du détail de vos remboursements ? Plusieurs possibilités s'offrent à vous :

- Mentionnez-le clairement sur les attestations que vous déposerez dans une de nos boîtes vertes.
- Communiquez-nous votre adresse e-mail et vous les recevrez directement par courriel, en document PDF attaché.
- Activez gratuitement un compte "Doccle" à votre nom et recevez et gérez en ligne, de façon sécurisée, tous vos remboursements, vos factures et vos courriers de la MC (plus d'infos sur www.mc.be/doccle).

Merci

À la MC Saint-Michel, nous trouvons important de prendre le temps pour vous écouter, de répondre à vos questions, de vous servir, de vous conseiller, et de vous accompagner dans vos démarches. En début d'année, les temps d'attente peuvent être un peu plus longs que d'habitude. Sachez que nos collaborateurs font leur maximum pour vous servir dans les meilleures conditions. Nous vous remercions d'avance pour votre patience et votre compréhension.

//ATTENTION//

L'AGENCE MC DE STOCKEL SERA FERMÉE POUR TRAVAUX DU 5 AU 26 JANVIER 2015.

Nous vous invitons à vous rendre durant cette période à l'agence de Woluwe-Saint-Lambert, avenue Georges-Henri 244, ouverte selon le même horaire (lu et me : 9h-13 et 14h-16h • je : 9h-13h et 15h-18h • ve : 9h-13h).

La boîte aux lettres reste accessible.

SERVICE N°511
Être là quand vous tombez. Même à la tombée de la nuit.

02 880 54 96

PROFITEZ DE 1001 SERVICES SOUS UN MÊME TOIT.
Infirmier(ère)s - Gardes d'enfants malades et gravement malades - Aides ménagères - Aides familiales - Kinésithérapeutes - ...
www.fasd.be/bruxelles

AIDE & SOINS A DOMICILE
Partenaire Mutualité chrétienne

Votre petit déjeuner? au lit? ou dans le fauteuil?

Dans notre magasin Qualias de Bruxelles
49, Rue Malibran • 1050 Ixelles
02/644.51.31
WWW.QUALIAS.BE

-15% sur les tables de lit

Action non cumulable, valable du 1^{er} au 31 janvier 2015. Sauf omission ou erreur d'impression. Voir conditions en magasin. Photos non contractuelles.

QUALIAS
Bésoin(e) - Orthopédie - Optique - Audition
Partenaire Mutualité chrétienne

Outils pédagogiques

www.et-toi.be !

Infor Santé, le service de promotion de la santé de la MC, vous présente son outil pédagogique à destination des professionnels en contact avec les jeunes de 14 à 18 ans. Un site complet, pratique et simple pour mettre les ados en débat autour de sujets liés de près ou de loin à la santé.

Une animation pour développer l'esprit critique

"Et toi, t'en penses quoi ? Débats entre ados" propose aux professionnels de l'éducation, du social et de la santé une technique d'animation originale : le "frasbee". Contraction de "phrase" et de "frisbee", cette technique participative demande aux jeunes de prendre position sur des affirmations et d'échanger leurs arguments respectifs. En une heure d'animation, les jeunes peuvent ainsi envisager tout ce qui les pousse à faire des choix au quotidien, en prendre conscience et se poser des questions. C'est un premier pas vers un esprit critique plus affûté et une remise en question personnelle de leurs comportements.

Un site gratuit et accessible à tous

Au menu sur www.et-toi.be, pas moins de 14 thématiques différentes à aborder avec les jeunes : alcool, boissons énergétiques, consommation durable, drogues et addictions, eau et soda, fast food, vie relationnelle et affective, produits light, régimes, réseaux sociaux, activité physique, stress, tabac, habitudes alimentaires. Vous trouverez sur le site toutes les informations pratiques sur la philosophie de l'outil, le principe et les



données techniques de l'animation, ainsi que de la théorie et des fiches d'animation spécifiques par thématique. "Mon dossier" vous permettra même de constituer votre dossier d'animation sur mesure, avec tous les supports prêts à l'emploi. De quoi satisfaire tout animateur en herbe ou confirmé !



Une formation complémentaire gratuite

Le site est très complet et se suffit à lui-même. Cependant, une formation complémentaire gratuite d'une journée accompagne l'outil. L'occasion d'approfondir les fonctionnalités du site mais aussi et surtout de développer ses compétences en gestion de débat. En groupe restreint (maximum 15 personnes), chacun pourra poser ses éventuelles questions sur

l'outil, vivre le "frasbee" et acquérir les rudiments de la gestion de débat. L'accent sera mis sur la participation, l'expérimentation et l'échange. Les sessions de formation sont accessibles à tout professionnel (ou étudiant) en contact avec le public ado.

Pour toute information sur l'outil et les formations, surfez sur www.et-toi.be ou contactez le service Infor Santé au 02/501.51.98 ou via infor.sante.bxl@mc.be

Formation gratuite à Bruxelles

Le mardi 24 février à la MC Saint-Michel, boulevard Anspach 117 à 1000 Bruxelles

> PUBLIC

Cette formation s'adresse aux professionnels intervenant auprès des adolescents (enseignants, éducateurs, infirmières scolaires...).

> OBJECTIFS

Les objectifs de la journée sont :
 • approfondir la philosophie de l'outil (technique du débat, promotion de la santé, comment aborder la santé);
 • se familiariser avec l'animation du "frasbee";
 • permettre d'être plus à l'aise pour mener des animations santé.
 Développer et renforcer vos capacités d'animation de débats

vous permettra de mener à bien une démarche de promotion de la santé auprès des jeunes.

> PROGRAMME

- Mise en situation : le "frasbee"
- Respect et jugement
- Le débat : définition, lien avec la promotion de la santé et rôle de l'animateur
- Découverte du site "Et toi ?"
- Les techniques de gestion du débat
- Le savoir-être : les représentations, les composantes

La formation est gratuite et se déroule de 9h00 à 16h30. Inscription obligatoire à l'adresse mail infor.sante.bxl@mc.be ou via le module d'inscription sur le site www.et-toi.be

Assurance complémentaire

Intervention pour les accompagnants à l'hôpital

Grâce à votre assurance complémentaire, vous bénéficiez d'une assurance hospitalisation (l'Hospi solidaire) qui intervient entre autres dans les frais de la personne qui loge dans la chambre du patient. Vous bénéficiez d'une intervention de 6,20 euros par jour pour les frais de la personne qui loge dans la chambre du patient, 15 euros par jour si c'est un enfant de moins de 18 ans qui est hospitalisé.* Le nombre de jours par année civile n'est pas limité. Cet avantage est également valable pour les patients logeant dans une maison d'accueil ou un hôtel hospitalier, mais avec alors un plafond de 60 jours par année civile et pour deux accompagnants maximum par patient hospitalisé. Parlez-en à votre conseiller mutualiste.



*L'intervention n'est accordée que si le patient hospitalisé est affilié à la Mutualité chrétienne, en ordre d'assurance complémentaire et de stage (que l'accompagnant soit membre ou non de la MC).



Jeunesse & Santé

Il reste encore quelques places pour les séjours hiver 2015 !

- Séjours pour vos enfants de 7 à 18 ans à Carnaval et Pâques.
- Séjour ski "Spécial 14 ans" à Noël et Carnaval.
- Formations d'animateurs (à partir de 16 ans)

Téléchargez les brochures "Séjours" et "Formations" sur www.jeunesseetsante.be ou appelez le 02/501.58.20



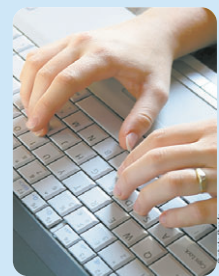
ÉNÉO

Cours d'informatique niveau "débutant"

Énéo vous propose un cours en 10 sessions pour faire vos premiers pas avec les ordinateurs.

Lieu : Auberge numérique de Fobagra rue de Jérusalem 46 à 1030 Schaarbeek
 Dates : tous les mardis à partir du 13 janvier, de 13h30 à 15h30
 Prix : 50 EUR pour les membres MC (60 EUR pour les autres)

Infos et inscriptions (obligatoires) au 02/501.58.13 (de 9h à 12h)



DROIT DU PATIENT

Participez à un groupe de discussion



Altéo et la Mutualité chrétienne (MC) vous invitent à venir témoigner de votre expérience au sein de groupes de discussion sur la thématique du "dossier patient".

En avril, la journée du droit du patient sera consacrée à la question du droit à un "dossier patient" : qu'est-ce qui doit s'y trouver ? Comment y accéder ? Pourquoi ? Doit-on payer pour en avoir une copie ? Quelle collaboration avec le prestataire dans la communication de son contenu ? La Mutualité chrétienne et Altéo, mouvement social des personnes malades, valides et handicapées, organiseront à cette occasion de nombreux événements et rencontres.

Afin de nourrir ces actions, Altéo organise dès le début de l'année 2015 des groupes de discussion. L'objectif de ces groupes est de faire le point sur cette thématique, ensemble, en sondant la connaissance que vous, les patients, avez du dossier patient, vos éventuelles expériences ainsi que vos attentes pour l'avenir.

Un groupe se réunira à Bruxelles le 13 janvier de 10h à 12h30. L'entretien durera environ deux heures. Ces entretiens se feront sur base anonyme.

Nous recherchons 10 personnes pour échanger sur le thème du "dossier patient".

Vous êtes intéressés à l'idée de contribuer à un projet qui s'inscrit dans le cadre de la défense des droits des patients ? Faire part de votre expérience vous intéresse ? Vous seriez prêts à consacrer deux heures de votre temps à ce projet en venant rencontrer d'autres patients ? Faites-le-nous savoir ! Nous vous ferons part alors des modalités pratiques.

Contact et informations : 02/501.58.10 • alteo.bruxelles@mc.be

Mutualité chrétienne Bruxelles
 Mutualité Saint-Michel

111-115 bd Anspach à 1000 Bruxelles
 Éditrice responsable : Elisabeth Degryse
 Fax : 02/501.58.38 • Tél. : 02/501.51.99

Tél. : 02/501.58.58

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