

HORAIRES

Congés de fin d'année : attention aux horaires modifiés



Afin de ne pas être pris au dépourvu et d'éviter l'une ou l'autre situation inconfortable, la MC de la Province de Namur vous invite à prendre connaissance des quelques modifications d'horaires qui auront cours pendant les congés de fin d'année.
 >> En agence :

- Du 22 au 24 décembre et du 29 au 31 décembre :**
- il n'y aura pas de permanence pendant le temps de midi (ainsi que les samedis 20, 27 décembre et 3 janvier) ;
 - vous pourrez nous joindre par téléphone au 081/24.48.11 de 9h à 12h ;
 - les permanences sur rendez-vous ne sont pas assurées ;
 - les boîtes aux lettres seront toujours relevées.
- Du 22 décembre au 2 janvier,** les agences suivantes seront fermées : Jambes et Salzinnes.
- Du 29 décembre au 2 janvier,** les agences suivantes seront fermées : Andenne, Beauraing, Bouge (CSC), Ciney, Couvin, Eghezée, Florennes, Gedinne, Gembloux, Jambes, Mettet, Rochefort, Salzinnes, Walcourt.
- Le 24 décembre :** la permanence du service pension est supprimée à Ciney, Rochefort, Gedinne et Beauraing.

Nos centres de services seront fermés les **25, 26 et 31 décembre après-midi** ainsi que les **1^{er} et 2 janvier**.
 En dehors de ces dates, ces derniers seront accessibles :

- à Philippeville- rue de l'Arsenal, 7 : 071/66.06.80
- à Taminies : rue des Déportés, 11 : 081/23.94.14
- à Dinant : avenue des Combattants, 16 : 082/21.36.70
- à Namur : rue des Tanneries, 55 : 081/24.48.11

D'autres alternatives pour le traitement de votre dossier ?

- L'adresse de toutes nos agences mais aussi de nos boîtes aux lettres sur www.mc.be
- Notre numéro d'appel gratuit 0800/10 9 8 7 est accessible du lundi au vendredi de 8h30 à 18h et le samedi de 9h à 13h.
- Au 081/24.48.11 (de 9h à 12h du 22 au 24/12 et du 29/12 au 31/12) des conseillers mutualistes prennent en charge les dossiers comme en agence, le déplacement en moins !
- Le traitement des dossiers par e-mail, une équipe d'@conseillers joignables via namur@mc.be.
- Également, les dossiers personnels, des infos, des documents téléchargeables, sur www.mc.be.

Altéo : Service solidarités locales



Du 22 décembre au 2 janvier inclus : le service de transports "Solidarités locales" sera fermé. Il ne sera donc pas possible d'introduire de demande d'accompagnement pendant cette période.

Toutes les nouvelles demandes pourront être introduites dès le **lundi 5 janvier**. La permanence téléphonique pour l'ensemble de la province de Namur est ouverte, du lundi au vendredi de 9h à 12h, au **numéro unique 081/24.48.78**.

Accueil des mouvements : Altéo, Énéo et Jeunesse & Santé



Du 19 décembre après-midi au 2 janvier inclus, les accueils des mouvements de Dinant, Namur et Philippeville seront exceptionnellement fermés. Les permanences des accueils des mouvements reprendront dès le **lundi 5 janvier** selon les horaires habituels repris ci-dessous :

- À **DINANT** : du lundi au vendredi de 9h à 12h.
- À **NAMUR** : les lundis et vendredis de 9h à 12h et les mardis, mercredis et jeudis de 9h à 12h et de 13h30 à 16h30.
- À **PHILIPPEVILLE** : du lundi au vendredi de 9h à 12h.

Mutualité chrétienne de la Province de Namur
 55 rue des Tanneries à 5000 Namur
 Éditeur responsable : Alexandre Verhamme
 Fax : 081/23.08.94
 E-mail : namur@mc.be

Tél. : 081/24.48.11

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

Accidents domestiques

Enfance : Le B-A BA anti bobos !

En Belgique, les accidents domestiques sont la première cause de mortalité des enfants de moins de 15 ans. Heureusement, ces accidents sont souvent évitables par des mesures simples.

L'environnement dans lequel nos enfants grandissent a été conçu par et pour des adultes. Face à des situations potentiellement risquées, les petits n'ont pas, ou pas assez, conscience du danger. En revanche, rien ne retient leur curiosité, leur envie de tout découvrir et d'imiter. Il revient donc aux adultes de mettre en place des conditions permettant de réduire les risques au maximum. Avec quelques conseils et un peu de bon sens, il est possible d'y parvenir.

Il est donc important de lui expliquer ce qui est dangereux et pourquoi. Interdire sans donner d'explication n'est pas une attitude qui l'aidera à grandir.

Il faudra compléter cette éducation à la prudence par des mesures passives efficaces. Par exemple, on n'empêchera jamais un petit qui commence à marcher de tomber. Mais on peut éviter qu'il dégringole les escaliers grâce à des barrières de protection, et en lui apprenant à se tenir en montant. Dites "non" lorsqu'il le faut ! Dès 18 mois, expliquez à l'enfant, avec des mots simples, adaptés à son âge, que certaines situations ou certains objets sont dangereux.



(cacahuètes) que l'enfant pourrait avaler ou inhaler.

- Ne laissez pas non plus à sa portée des objets coupants (ciseaux, couteaux...) ou piquants.
- Équipez votre logement de systèmes de protection tels que détecteurs de fumée, barrières de protection, systèmes de blocage (portes d'armoires, tiroirs, fenêtres...).
- Réglez la température du chauffage pour que l'eau ne sorte jamais brûlante des robinets. La peau d'un enfant est plus sensible que la nôtre : en trois secondes, une eau à 60°C peut le brûler au 3^e degré.

Chez les plus grands, encouragez le port de matériel de protection (un casque par exemple) pour la pratique d'activités comme le skateboard, le roller, le vélo, etc.

Retrouvez encore plus de conseils pratiques sur les sites www.mc.be et www.mongeneraliste.be.

Checklist de la prévention !

La prévention repose sur quelques principes essentiels.

- En aucun cas, ne laissez un jeune enfant seul : sur une table à langer (ou en équilibre sur un meuble), dans un bain, dans une maison, en présence d'un animal ou en voiture.
- Mettez une bonne fois pour toutes hors de portée les produits dangereux, les médicaments, les cosmétiques.
- Soyez attentif à ne pas laisser à sa portée de petits objets ou aliments

Point Info malades chroniques

Un projet porteur de sens avec des malades chroniques et la MC

Le Point Info malades chroniques : dédiée aux personnes malades chroniques, cette porte d'entrée favorise l'accès à l'information grâce à une adresse e-mail et à une page web spécifiques.

Construire un projet au plus près de la réalité

Le 19 août, la MC a rencontré le groupe "malades chroniques" d'Altéo Namur. Le but ? Récolter les avis, écouter les attentes, s'enrichir des expériences afin d'offrir un service répondant aux besoins du public. Une vingtaine de personnes s'est investie cet après-midi-là. Le point d'attention mis en avant concerne essentiellement l'importance d'offrir une réponse personnalisée, compréhensible et précise à chaque bénéficiaire. L'équipe du Point Info veille donc à écouter ce besoin au quotidien.

Et par après ?

L'adresse e-mail et la page web ne sont qu'une première concrétisation.

La MC attend d'évaluer les premiers mois de fonctionnement du Point Info afin de le développer au plus près des besoins du public.



FRÉDÉRIQUE MAERLAN
 CHARGÉE DE PROJETS AU SERVICE SOCIAL
 ALLIANCE NATIONALE DES MUTUALITÉS
 CHRÉTIENNES



Contact

Pour contacter le Point Info malades chronique : info.maladeschroniques@mc.be • www.mc.be/info.maladeschroniques

Afin de faciliter le traitement de votre demande, merci de préciser votre nom et votre adresse légale ou votre numéro de registre national.

Gros Plan

Mutas : l'assurance de vos sereines vacances !

Grâce à votre assurance complémentaire, si vous tombez malade ou êtes victime d'un accident lors de vacances à l'étranger, vous pouvez compter sur Mutas, l'assistance voyage de la MC. Cette assistance mondiale vous assure l'encadrement nécessaire et couvre vos frais d'aide médicale urgente.

Emportez toujours votre **World Assistance Card** comme aide-mémoire si vous devez contacter la Centrale d'alarme Mutas depuis votre lieu de villégiature pour un problème de santé ou de rapatriement. **Le numéro d'appel unique à former, 24h sur 24h et 7 jours sur 7, est le +32/272.09.00.**

Pour tous les pays de l'UE, la Suisse, la Norvège, l'Islande, le Liechtenstein, la Macédoine et l'Australie, emportez aussi la **Carte européenne d'assurance maladie (Ceam)** et ce, même s'il s'agit d'un voyage scolaire ou de groupe.

Au verso, vous retrouverez d'ailleurs le numéro de téléphone de la centrale d'alarme Mutas. Cette carte, personnelle et dont la durée de validité est limitée dans le temps, constitue la preuve que son titulaire (adulte ou enfant) est en ordre d'assurance soins de santé obligatoire. Elle permet de bénéficier du tiers-payant sur les coûts des soins hospitaliers et donc, de ne pas avancer l'argent dans les hôpitaux publics. Pour les pays ayant signé une convention

avec la Belgique, un autre formulaire spécifique à chaque pays doit être emporté. Ces documents de voyage, gratuits, doivent être demandés, avant votre départ, auprès de votre conseiller mutualiste, au numéro gratuit 0800/10 9 8 7, ou peuvent être commandés ou téléchargés sur le site www.mc.be.



Quelles conditions d'interventions ?

L'assistance voyage de la MC s'applique uniquement aux séjours récréatifs à l'étranger, pour une durée maximale de trois mois à partir du premier jour des soins. L'aide médicale urgente est exclusivement réservée aux dommages physiques urgents. Elle ne couvre ni la perte ou le vol de bagages ni le dépannage de la voiture...

Une intervention dans les frais médicaux ambulatoires, d'hospitalisation et de rapatriement est valable pour les sinistres de 200 euros ou plus, peu importe le pays où vous séjournez. Ils sont pris en charge par la MC, déduction faite, par dossier, d'une

franchise de maximum 60 euros (25 euros pour les personnes bénéficiaires de l'intervention majorée ou du statut Omnio).

Pour certains pays, si le montant total des soins médicaux est inférieur à 200 euros, vous pourriez bénéficier d'une intervention de l'assurance soins de santé obligatoire.

Que faire en cas de maladie ou d'accident lors de votre séjour ?

- Les frais médicaux ambulatoires (consultations, médicaments...) sont à payer sur place. Ramenez en Belgique les factures originales, les preuves de paiement, les prescriptions médicales et présentez-les à votre conseiller mutualiste avec la demande d'intervention complétée. Pour les médicaments délivrés en France, conservez les emballages.
- En cas d'admission dans un hôpital, présentez toujours le document officiel au prestataire de soins (Ceam...) et contactez toujours, dans les 48 heures, la centrale d'alarme Mutas.
- En cas de demande de rapatriement en Belgique, contactez toujours la centrale d'alarme. Le rapatriement sera organisé si l'équipe médicale de Mutas l'estime nécessaire.

Pour plus d'infos sur l'assistance voyage de la MC, consultez le dépliant disponible auprès de votre conseiller mutualiste, appelez gratuitement le 0800/10 9 8 7 ou surfez sur www.mc.be

ANNONCE

Énéo Namur : "C'est ça la revue" au Trocadero ///

>> Énéo vous propose cette revue à grand spectacle qui, en cette période hivernale, a tout pour réchauffer les cœurs. Des moments pétillants de lumière, de beauté, de charme, de jeunesse... qui savent fasciner tant par les ballets et les costumes que par les musiques.

Au programme, un magnifique bouquet de strass, plumes et paillettes pour le régal des yeux et une sélection de superbes voix pour charmer les oreilles ! Un moment de convivialité et d'humour à ne pas manquer.

Date : le jeudi 12 février

Trajet : lieux d'embarquement à spécifier lors de l'inscription : Andenne, Dinant, Gembloux, Jambes, Philippeville, Taminés (les heures de départ seront communiquées quelques jours avant le spectacle)

Prix : 35 EUR (non-membre Énéo : 40 EUR). Le prix comprend le déplacement en car et l'entrée au spectacle (1^{er} balcon de face). A partir du 5 février, aucun remboursement ne sera accordé en cas de désistement.

Renseignements et inscriptions : auprès du secrétariat Énéo Vacances Province de Namur (rue des Tanneries 55 à 5000 Namur) les lundis et vendredis (9h00-12h00) et du mardi au jeudi (9h00-12h00 et 13h00-16h00) • 081/24.48.97 • vacances.namur@mc.be

Future maman?

Dites-le nous! Sur www.mc.be/futuremaman



La solidarité, c'est bon pour la santé.

Vacances

Journée d'inscription aux séjours proposés par Énéo Vacances



L'hiver est bien là, les journées sont courtes, froides et l'envie de faire le plein de soleil commence tout doucement à vous titiller ? Énéo Vacances vous propose de vous réchauffer en vous invitant à la grande journée d'inscription à ses séjours "été 2015".

Énéo Vacances, ce sont environ 1.500 vacanciers qui, chaque année, partent à la rencontre de destinations diverses et variées. La particularité des séjours proposés est, sans conteste, qu'ils mêlent la détente et la découverte dans une alchimie qui respecte les souhaits et les attentes des vacanciers "50+".

Cette année, Énéo ne proposera une journée complète d'inscription qui se déroulera simultanément dans quatre lieux différents

née complète d'inscription qui se déroulera simultanément dans pas moins de quatre lieux différents qui s'offre à vous. Une excellente manière de garantir à tout un chacun un lieu "près de chez soi" pour s'inscrire et/ou s'inscrire aux nombreux séjours proposés.

- À NAMUR : de 13h à 17h, rue des Tanneries, 55

Les inscriptions ne seront prises en compte que dans le créneau horaire indiqué. Les bulletins d'inscription déposés en dehors de ces heures seront traités le mardi 27/01.

Infos auprès du secrétariat Énéo Vacances Province de Namur (rue des Tanneries 55 à 5000 Namur) • 081/24.48.97 • vacances.namur@mc.be La brochure sera disponible à partir du 15 janvier. Les vacanciers de 2013 et 2014 la recevront automatiquement à leur domicile. Pour les autres, elle sera disponible sur demande auprès du secrétariat vacanciers.

Une excellente occasion de voyager en groupe, encadré par des volontaires formés et dont la préoccupation première est, et restera, le bien-être et le confort des participants. Cette année, Énéo Vacances ne proposera pas ses traditionnelles portes ouvertes, mais c'est plutôt un jour-

Date : le lundi 26 janvier

Lieux :

- À PHILIPPEVILLE : de 9h30 à 12h, rue de l'Arsenal, 7
- À TAMIENES : de 9h30 à 12h, rue des Déportés, 11
- À DINANT : de 13h à 17h, avenue des Combattants, 16

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



Dans nos magasins Qualias à Bouge - Dinant - Namur Philippeville - Taminés 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