

A votre service

Utilisez vos vignettes jaunes

De petits bouts de papier bien utiles dans le monde de la mutuelle... Vos vignettes jaunes servent à identifier vos documents : n'hésitez pas à les utiliser !



Que trouve-t-on sur une vignette ?

Les vignettes comportent un ensemble d'informations permettant de vous identifier : le nom et le numéro de la mutuelle (132 pour la MC Province de Luxembourg), le nom, l'adresse, le numéro de membre et le code de remboursement du membre MC. En cas de changement dans votre situation, de nouvelles vignettes vous sont automatiquement envoyées. Dans ce cas, jetez les anciennes et utilisez uniquement les nouvelles.

Aidez-nous à vous rendre le meilleur service : collez une vignette sur tous vos documents !

pour permettre un encodage et un remboursement correct par la mutuelle. Ex : une vignette de papa sur l'attestation de soins du kiné qui le suit pour son dos, une vignette du petit dernier sur l'attestation de soins du pédiatre, et une vignette de mamy sur le document de demande d'autorisation à envoyer au médecin-conseil pour ses médicaments.

Sur quels documents ?

Collez une vignette sur tous les documents que vous transmettez à la MC : attestations de soins, factures d'hôpital, documents de demande d'intervention pour l'assurance complémentaire... Utilisez les vignettes peut aussi vous faire gagner du temps : sur de nombreux documents, le fait de coller une vignette

vous évite de devoir compléter vos nom, prénom, adresse et numéro de membre.

Plus de vignettes ?

Si vous êtes bientôt à court de vignettes, vous pouvez en commander de nouvelles :
 > À l'aide d'une enveloppe "Mutualité par correspondance" que vous remettez à la MC. Il vous suffit de cocher la case prévue à cet effet sur l'enveloppe. Merci de préciser pour quel(s) membre(s) de la famille vous désirez recevoir des vignettes.
 > Sur www.mc.be, rubrique "Commander des documents".
 > Via "Mon dossier", votre dossier personnel sur internet, rubrique "Documents".

INFOS MUTUALITÉ

Jours de fermeture en novembre

Nous attirons votre attention sur le fait que tous nos bureaux seront fermés le mardi 1^{er}, le mercredi 2 et le vendredi 11 novembre.

Boîtes aux lettres MC

A travers la province de Luxembourg, plus de 150 boîtes aux lettres vertes MC sont à votre disposition et relevées régulièrement. Un service simple, sûr et gratuit !
 Quelques changements récents :
 > Dans le centre d'Arlon, la boîte aux lettres de la rue Netzer (ancien bâtiment MC) a été déplacée au coin de la rue Netzer et de la rue du Casino, sur le mur de l'INDA (rue du Casino 9).
 > Dans la commune d'Halanzey, il n'y a plus de boîte aux lettres à Aix-sur-Cloie. Vous trouverez d'autres boîtes aux lettres MC à Battincourt (rue Chanoine Ley 26), à Halanzey (rue du Châlet 8) ou encore à Rachecourt (rue de la Srale 248).
 > A Herbeumont, la boîte aux lettres est désormais située rue Haie-Richy 5.

SPORTS SENIORS

Initiation à la marche nordique à Neufchâteau



L'Asbl Sports Seniors, créée par la MC, vous propose une initiation à la marche nordique en vue de développer un nouveau club à Neufchâteau.
 La marche nordique est bien plus qu'un sport, c'est un style de vie, un art de vivre et de mieux-être. La convivialité, les randonnées en groupe, les rencontres définissent l'esprit de cette discipline. Elle peut se pratiquer en solitaire, mais Sports Seniors vous propose de vous initier en compagnie de personnes de 50 ans et plus, ayant comme vous l'envie de respirer le bon air, de découvrir des endroits insolites, tout en améliorant votre condition physique.

>> Les bienfaits

Grâce à l'utilisation de bâtons spécifiques, la marche nordique sollicite toutes les chaînes musculaires du corps ainsi que le système cardiovasculaire et respiratoire. Notez qu'à Sports Seniors, il n'est pas question de performance mais d'amélioration de la condition physique et de détente.

>> L'initiation

Celle-ci aura lieu en 5 séances à partir de ce mercredi 26 octobre, puis les mercredi 9, 16, 23 et 30 novembre. Rendez-vous de 9h30 à 11h au terrain de tennis de Neufchâteau.
 La participation aux frais est de 15 euros. Condition : être membre de Sports Seniors ou le devenir (affiliation et certificat médical Sports Seniors).

Infos et inscriptions : Anne-Marie Strepenne au 0474 930 753 ou Sports Seniors asbl, rue de la Moselle 7-9 à Arlon, tél. 063 211 850 (mardi et jeudi matin), cynthia.goeury@mc.be

SOINS PALLIATIFS

Un guide pour les proches

Un guide à l'attention des familles et aidants proches d'une personne en fin de vie est à votre disposition dans les bureaux de la MC. Différents thèmes y sont abordés : les équipes de soins palliatifs, les aides pratiques et financières, l'alimentation, la morphine, les soins de confort, l'écoute, les droits du patient, l'éthique... Outil de sensibilisation et d'information, ce guide a pour objectif d'ouvrir le dialogue et de faire découvrir les possibilités d'action du personnel soignant.



>> Les auteurs

La Plate-forme de concertation des soins palliatifs de la province de Luxembourg a été créée en 1997 et est composée de représentants des différentes institutions de soins de la Province. Agréée par la Région wallonne, elle a pour objet de promouvoir, coordonner et compléter les structures en soins palliatifs dans la province de Luxembourg, tant en milieu hospitalier qu'à domicile ou en maison de repos et de soins. La Plate-forme vise aussi la sensibilisation et l'information de la population aux soins palliatifs.

>> Comment obtenir ce guide ?

Des exemplaires sont à votre disposition gratuitement auprès des conseillers mutualistes dans les bureaux MC de la province de Luxembourg.

Vous pouvez également contacter la Plate-forme au 086 218 529, au 0474 294 364, ou denise.borzee@skynet.be.

Gros plan sur

Les transports non urgents

Une des caractéristiques de la province de Luxembourg est, sans conteste, les importantes distances que ses habitants doivent parcourir, notamment pour se faire soigner. C'est pourquoi, outre un remboursement des transports urgents (appels 100), vous bénéficiez dans votre assurance complémentaire d'un avantage "transports non urgents".

Quels transports sont visés par cet avantage ?

Un remboursement est prévu pour vos frais de déplacements dans les cas suivants :
 > pour une hospitalisation ;
 > pour une consultation ou un examen en milieu universitaire ;
 > pour un traitement spécifique en milieu hospitalier ;
 > pour un examen par Pet-scan agréé, en Belgique ou au CHL de Luxembourg ;
 > pour un déplacement dans un centre de rééducation fonctionnelle.

Intervention en cas d'hospitalisation

L'assurance complémentaire intervient pour les frais de déplacement non urgent entre le domicile du malade et l'établissement hospitalier, que ce soit en cas de séjour à l'hôpital ou en cas d'hospitalisation de jour (mini-forfait, maxi-forfait, forfait d'hôpital de jour, forfait douleur chronique ou salle de plâtre).



D'autres déplacements sont également admis : de l'hôpital vers une maison de convalescence (avec maximum le nombre de km égal à la distance vers le domicile réel), de l'hôpital vers un home si la personne y réside, ou encore d'un hôpital vers un autre pour continuation du traitement.

Quel remboursement ?

Un seul déplacement aller-retour (date d'entrée et date de sortie) est remboursé par hospitalisation. Le montant dépend du moyen de transport utilisé :
 > train ou voiture privée : le principe forfaitaire expliqué ci-dessous est appliqué ;
 > taxi : intervention de 0,20 euros par km
 > voiture agréée* par la MC : 0,13 euros par km
 > ambulance non conventionnée : 0,50 euros par km
 > ambulance conventionnée : le montant de la facture du patient est régie par une convention signée entre différents ambulanciers et les mutualités.

Vous bénéficiez ainsi d'une sécurité dans les tarifs appliqués. Pour contacter les ambulances conventionnées : 0800 24 222 ou 084 222 226.
 > En cas de décès à l'hôpital, le transport en corbillard est remboursé pour le retour de l'hôpital jusqu'au domicile du défunt à raison de 0,30 euros par km.

Un avantage forfaitaire

Pour les déplacements en train ou en voiture privée, l'assurance complémentaire prévoit une intervention sur base d'une liste de forfaits établie par la MC. Le principe est le suivant : le remboursement est calculé selon la distance aller-retour entre la commune de résidence du bénéficiaire et l'hôpital ou le milieu universitaire. Un remboursement est prévu pour toute distance aller-retour supérieure ou égale à 35 km.

* On entend par voiture agréée toute voiture conduite par une personne bénévole encadrée par un organisme reconnu par la MC selon des critères objectifs (formation, sérieux, couverture assurative). Sont actuellement agréés : le service d'Aides aux Malades de la MC (service transport Alito), Handicap et Mobilité, l'Enferme Belge du Cancer, La Croix-Rouge et les CPAS organisant un service de transport identique à celui défini ci-dessus.

Comment bénéficier de cet avantage ?

Procurez-vous le document "Demande d'intervention pour frais de déplacement en cas d'hospitalisation", complétez-le et faites-le parvenir à la MC. Selon les situations, vous devrez éventuellement joindre des documents supplémentaires :

- > en cas d'hospitalisation de jour, joindre une attestation de la clinique ou une copie de la facture ;
- > en cas de déplacement en taxi, voiture agréée ou ambulance, joindre la facture.

Milieu universitaire, traitement spécifique et Pet-scan

L'avantage transport non urgent intervient également en cas de :

- 1. Consultation ou examen en milieu universitaire**
- 2. Traitement spécifique en milieu hospitalier :** On entend par traitement spécifique, un traitement nécessitant de nombreux déplacements dans un établissement hospitalier qui a dans ses fonctions, la spécificité du traitement. Le remboursement de ces déplacements est soumis à l'accord préalable du médecin-conseil de la MC, sur base d'un certificat médical circonstancié.
- 3. Examen par Pet-scan agréé :** L'examen par Pet-scan doit avoir

lieu dans un établissement agréé Pet-scan en Belgique ou au CHL de Luxembourg.

Quel remboursement ?

Par année civile et pour chaque membre MC, l'assurance complémentaire intervient pour 15 trajets maximum au total pour l'ensemble des situations ci-dessus (points 1, 2 et 3). Le montant de remboursement est fixé selon le principe forfaitaire expliqué en page 14. Exceptions :

- > si le déplacement doit se faire en ambulance, le tarif "ambulance" (conventionnée ou non) peut être accordé à condition qu'un certificat médical détaillé justifiant la nécessité de ce type de transport soit adressé, au préalable, au médecin-conseil de la mutualité qui statuera.
- > si le déplacement se fait au moyen d'une voiture agréée du Service d'Aide aux Malades de la MC (service transport Altéo) ou par Handicap et Mobilité, le remboursement est fixé à 0,13 euros par km.

Comment bénéficier de cet avantage ?

Procurez-vous le document "Demande d'intervention pour frais de déplacement en cas de consultation ou examen en milieu universitaire, de traitement spécifique à l'hôpital ou d'examen par Pet-scan agréé". Complétez-le et faites-le parvenir à

la MC. Si, parallèlement, vous ne mettez à la MC aucun document prouvant votre déplacement (attestation de soins, facture,...), faites apposer le cachet de l'établissement hospitalier sur votre demande d'intervention.

Centre de rééducation fonctionnelle

L'assurance complémentaire intervient pour un déplacement vers un centre de rééducation fonctionnelle reconnu par l'INAMI pour un traitement dont le remboursement est pris en charge par l'Assurance Maladie Invalidité, et suivi en externat. Les consultations chez un médecin spécialiste en rééducation ne sont pas concernées par cet avantage.

Quel remboursement ?

Le montant de remboursement par déplacement est fixé selon le principe forfaitaire expliqué en page 14. L'assurance complémentaire intervient dans les déplacements vers un centre de rééducation fonctionnelle jusqu'à 700 euros par an et par bénéficiaire.

Comment bénéficier de cet avantage ?

Procurez-vous le document "Demande d'intervention pour frais de déplacement en centre de rééducation fonctionnelle reconnu par l'INAMI". Complétez votre partie, faites-le compléter par le centre de rééducation fonctionnelle et faites-le parvenir à la MC.

Vous avez des questions ?

Vous souhaitez savoir si vous pourriez bénéficier d'une intervention pour votre déplacement ? Adressez-vous à votre conseiller mutualiste.

/// FLORENCE ROMAIN

Cet article est publié à titre d'information. Certaines exceptions et cas particuliers n'y sont pas présentés. Comme pour tous les avantages de votre assurance complémentaire, les statuts et règlements de la MC Province de Luxembourg sont applicables et prévient sur toute autre source d'information.

PRÈS DE CHEZ VOUS

Habay-la-Vieille : Disputes entre enfants

/// Le Baby-Service, service d'accueillantes conventionnées, propose le **mercredi 26 octobre** à 20h une conférence intitulée "Ça recommence, ils se disputent encore !". Jalousie et rivalité entre enfants... Que faire ? Comment gérer leurs conflits épuisants ? Pourquoi sont-ils si jaloux entre eux ? On les aime pourtant pareil... Que faire quand ils se disputent ? Les laisser se débrouiller ? Faut-il intervenir ? Adressée aux parents, éducateurs ou professionnels de l'éducation, la soirée sera animée par un intervenant de "L'Autrement dit". Aucune réponse magique ne sera donnée, mais des pistes concrètes pour mieux comprendre ce qui se vit et mieux communiquer. La conférence aura lieu à la Salle "Le Foyer", Place Saint Etienne 6. **PAF : 5 euros - étudiants : 3 euros.**
Infos : 063 218 165

Houffalize : Ondes électromagnétiques

/// Quels risques pour notre santé ? Le **mercredi 26 octobre** à 20h. Conférence organisée par l'Observatoire de la Santé et la Cellule Développement Durable de la Province de Luxembourg. A Houtopia, place de l'Eglise 17. Entrée gratuite.
Infos et inscriptions : 084 310 505 ou samilux@province.luxembourg.be

Marche : Le cancer du sein

/// Soirée d'information le **jeudi 27 octobre** de 19h à 23h, organisée par la Jeune Chambre Internationale de Durbuy et l'Hôpital Princesse Paola de Aye (Vivalia). Interventions à propos de la prévention, du dépistage, du traitement, de la prise en charge... Des spécialistes feront part de leur expérience et des patientes livreront leur témoignage. Entrée gratuite. A la Maison de la Culture, Chaussée de l'Ourthe 74.
Infos : www.ifac.be

Souvenirs de guerres

/// L'asbl Loisirs et Vacances propose un cycle de visites au départ d'Arion. En novembre : le **jeudi 10 novembre** "Fort de Fermont et émaux de Longwy", le **lundi 21 novembre** "Liège : Les territoires de la Mémoire et le Grand Curtius".
Infos et inscriptions : 063 218 738, www.loisirssetvacances-lux.com

Arion : Le Grand-Duché, place financière

/// Le CIEP du MOC propose le **mardi 15 novembre** à 19h30 une soirée sur le thème "Pourquoi le Grand-Duché de Luxembourg est-il devenu une place financière et bancaire ?" L'intervenant replacera cette évolution dans un contexte historique, politique, économique et social. Il portera également un regard critique sur les politiques luxembourgeoises. Par Jos Freylinger, responsable du "Centre pastoral en monde du travail". A la CSC, rue P. Ferrero 1. Entrée gratuite.
Infos : 063 218 728 ou jn.burnotte@moclux.be

Arion : Pause Santé

/// Le **lundi 21 novembre** de 12h15 à 13h15 : "Les édulcorants, info ou intox ?" Avec l'arrivée de nouveaux édulcorants sur le marché, les "faux sucres" n'ont jamais autant fait parler d'eux. Quel est le vrai et le faux dans les rumeurs qui circulent ? Comment s'y retrouver parmi tous les produits qui se prétendent sans sucre, sans sucre ajouté... ? Par Priscilla Willem, diététicienne à la MC. Entrée gratuite. Organisé par la MC et le Centre de Planning.
Infos et inscriptions (pour le 16/11) : Service Infor Santé de la MC, tél. 063 211 880 ou infor.sante.lux@mc.be

Arion : Bourse aux jouets

/// Par l'association "Les Fourmis Z'ailées". A l'ISMA, entrée rue Nicolas Berger. Vente le **samedi 29 octobre** de 9h à 15h. Jouets, jeux d'extérieur, vélos et livres.
Infos : lesfourmiszallees@yahoo.com ou 0495 743 162 de 20h à 21h30 et pendant la bourse.

Mutualité chrétienne de la Province de Luxembourg
(Également Lierneux, Trois-Ponts, St-Vith)
Rue de la Moselle 7-9 • 6700 Arion
Éditeur responsable : Dr Pierre Poncelet
Fax : 063 211 999 - E-mail : arlon@mc.be

Tél. 063 211 711

Où trouver les documents de demande d'intervention ?

Tous les documents de demande d'intervention sont téléchargeables sur le site www.mc.be, rubrique Assurance complémentaire, Transport, Transports non urgents. Assurez-vous que vous visitez bien les pages de la MC "Province de Luxembourg" (le choix de région est indiqué dans le haut de l'écran). Vous pouvez également vous les procurer auprès de votre conseiller mutualiste, par e-mail à arlon@mc.be ou encore les demander en cochant la case prévue à cet effet sur l'une de vos enveloppes "Mutualité par correspondance".

A votre service

Le service transport Altéo de la Mutualité chrétienne

Parmi les différentes activités de l'asbl Altéo, un service est entièrement dédié au transport des malades.

L'asbl Altéo est l'un des mouvements proposés par la Mutualité chrétienne. Elle s'adresse aux membres MC en situation de maladie, d'âge avancé, de handicap ou d'isolement afin de les aider dans l'organisation de leur vie sociale, de favoriser leur insertion et de défendre leurs intérêts. Les services proposés par le mouvement sont essentiellement assurés par des volontaires, formés et encadrés par des professionnels.

Le service transport

Le service transport d'Altéo permet aux personnes malades, âgées, handicapées ou isolées (membres MC) d'être conduites et accompagnées chez le médecin, le kiné, le dentiste ou encore en clinique, en centre de convalescence... Ce service cherche également à aider ces personnes dans leur vie de tous les jours (effectuer des démarches administratives, des courses, se rendre à une activité culturelle ou sportive d'Altéo, visiter un parent hospitalisé...).



Comment faire appel au service ?

Un numéro unique pour toute la province : 063 211 743 (de 8h30 à 12h).

- > Les demandes de transport doivent être faites au plus tard 2 jours ouvrables à l'avance, et ce, afin de permettre un traitement efficace.
- > Vous seront facturés : un forfait de prise en charge et les frais de déplacement (tarif et conditions à

disposition sur simple demande).

- > Pas de facturation pour le temps d'attente.
- > Sous certaines conditions, une intervention financière est prévue par la MC, soit par l'assurance complémentaire, soit par l'assurance obligatoire.

Plus d'infos ? Altéo Luxembourg, rue de la Moselle 7-9, 6700 Arion, tél. 063 211 743