

Vacances

# Les séjours Jeunesse & Santé 2012 !



Jeunesse & Santé avec le soutien de la Mutualité chrétienne organise un large panel de séjours ! Des vacances fun et enneigées pour les 15-18 ans, puis le ski "spécial 14 ans", en passant par le manège enchanté pour les 7-13 ans. Les pistes de Valmeinier accueilleront encore notre groupe de jeunes porteurs d'un handicap à Pâques !

En tant que membres de la Mutualité chrétienne cotisant à l'assurance complémentaire, vos enfants bénéficient d'un tarif préférentiel : découvrez cet avantage !

Les inscriptions débiteront le mercredi 9 novembre prochain. Bonne lecture et n'hésitez pas à nous contacter pour toute question ! Surfez sur notre site : [www.jsanderlues.com](http://www.jsanderlues.com) ou passer par [www.mc.be](http://www.mc.be).

## Séjours Carnaval 2012

### SKI 14 ans (être né en 1998)

VALMEINIER (France)  
**Du samedi 18 au samedi 25 février 2012**  
 Prix : 655 EUR  
 Prix MC : 425 EUR (avantage pour les membres de la Mutualité chrétienne)  
 Prix réduit (50% du prix MC) pour les personnes bénéficiant de la franchise sociale.  
 52 participants.  
 Hôtel Le Junior.  
 Transport en car.  
 Fédération organisatrice : J&S Hainaut Oriental Rue du Douaire, 40 - 6150 Anderlues 071/54.84.02  
[js.anderlues@mc.be](mailto:js.anderlues@mc.be)



### SKI 15-18 ans (être né entre le 1/1/1994 et le 31/12/1997)

MARIAPFARR (Autriche)  
**Du vendredi 17 février (soir) au samedi 25 février (matin) 2012**  
 Prix : 774 EUR (comportant le forfait ski)  
 Prix MC : 699 EUR (comportant le forfait ski)  
 44 participants.  
 Transport en car.

## Séjours Paques 2012

### SKI-SURF 15-18 ans (être né entre le 1/1/1994 et le 31/12/1997)

MARIAPFARR (Autriche)  
**Du vendredi 30 mars (soir) au samedi 7 avril (matin) 2012**  
 Prix : 761 EUR (comportant le forfait ski et surf)  
 Prix MC : 686 EUR (comportant le forfait ski et surf)  
 44 participants.  
 Transport en car.

### SKI jeunes handicapés 14-21 ans (mentaux et/ou physiques légers)

VALMEINIER (France)  
**Du samedi 7 au dimanche 15 avril 2012**  
 Prix : 675 EUR  
 Prix MC : 445 EUR (avantage pour les membres de la Mutualité chrétienne). Prix réduit (50% du prix MC) pour les personnes bénéficiant de la franchise sociale  
 12 participants.  
 Transport en car.  
 Fédération organisatrice : J&S Hainaut Oriental Rue du Douaire, 40 - 6150 Anderlues 071/54.84.02  
[js.anderlues@mc.be](mailto:js.anderlues@mc.be)

### EQUITATION 7-13 ans (être né entre le 1/1/1999 et le 31/12/2005)

GRAIDE (Belgique)  
**Du samedi 7 au samedi 14 avril 2012**  
 Prix : 225 EUR  
 Prix MC : 175 EUR (avantage pour les membres de la Mutualité chrétienne)  
 Prix réduit (50% du prix MC) pour les personnes bénéficiant de la franchise sociale  
 30 participants.  
 Transport en car.

Fédération organisatrice : J&S Hainaut Oriental Rue du Douaire, 40 - 6150 Anderlues 071/54.84.02  
[js.anderlues@mc.be](mailto:js.anderlues@mc.be)



En tant que membres de la MC, vos enfants bénéficient d'un tarif préférentiel

Fédération organisatrice : J&S Bruxelles Boulevard Anspach, 111-115 - 1000 Bruxelles  
 02/501.58.20 - Fax : 02/501.58.19

067/89.36.45 - [js.nivelles@mc.be](mailto:js.nivelles@mc.be)

Mutualité chrétienne Hainaut Oriental  
 Rue du Douaire, 40 • 6150 Anderlues  
 Éditeur responsable : Jean Michel Namurois  
 Fax : 071/548.550  
 e-mail : [anderlues@mc.be](mailto:anderlues@mc.be)

**Tél. 071 548 548**

Le prix demandé ne doit pas être une entrave à ta participation, n'hésite pas à contacter J&S pour trouver un arrangement.

## Les formations 2012 avec Jeunesse & Santé !

### Tu as 16 ans ou plus ?

Nous t'invitons à découvrir le monde de l'animation d'enfants à travers une formation théorique et pratique de 2 ans, reconnue par la Communauté française.  
 Tu as le choix entre 2 sessions de formation théorique :

Session de Carnaval **du samedi 18 au samedi 25 février 2012**

**Lieu de formation :** Gouvy (transport organisé en car)  
**Prix :** 220 EUR **Prix MC :** 170 EUR  
 Une séance d'information (sur inscription préalable à la session de formation) est prévue le **vendredi 23 mars 2012** à 19h à Anderlues.

**10 février 2012** à 19h à Anderlues.  
 Session de Pâques **du samedi 31 mars au samedi 7 avril 2012**

**Lieu de formation :** Gouvy (transport organisé en car)  
**Prix :** 220 EUR **Prix MC :** 170 EUR  
 Une séance d'information (sur inscription préalable à la session de formation) est prévue le **vendredi 23 mars 2012** à 19h à Anderlues.

Pour en savoir plus : [www.jsanderlues.com](http://www.jsanderlues.com)  
 N'attends pas, les places sont comptées : [js.anderlues@mc.be](mailto:js.anderlues@mc.be) ou 071/54.84.02.

Le prix demandé ne doit pas être une entrave à ta participation, n'hésite pas à contacter J&S pour trouver un arrangement.



## TALON

DEMANDE D'INSCRIPTION VACANCES HIVER 2012 AVEC JEUNESSE & SANTÉ À RENVoyer À JEUNESSE & SANTÉ HAINAUT ORIENTAL RUE DU DOUAIRE, 40 - 6150 ANDERLUES.

Nom :

Prénom :

Adresse complète :

N° de téléphone où vous joindre en journée. :

Adresse mail :

COLLEZ ICI UNE VIGNETTE JAUNE.

Je souhaite obtenir un bulletin d'inscription pour l'activité suivante :

- Ski Valmeinier 14 ans (Carnaval 2012)
- Ski Valmeinier jeunes handicapés (Pâques 2012)
- Graide équitation (Pâques 2012)
- Formation pour devenir animateur à J&S (Carnaval ou Pâques 2012)

Pour les séjours 15-18 ans organisés par les autres fédérations, merci de les contacter directement.

## Nouveau

### "DJÔNES & FAMILLE !"

Le nouveau service baby-sitting de Jeunesse & Santé !

Vous cherchez à confier vos enfants à une personne responsable ? Des animateurs de Jeunesse & Santé sont à votre disposition pour passer un moment avec vos bambins ! Nous proposons aux membres de la Mutualité chrétienne un service de qualité à petit budget : 4 EUR/heure. Nos baby-sitters accueillent également les enfants porteurs de handicap ! Pour mieux connaître nos conditions, contactez-nous au 071/54.84.02 ou via [js.anderlues@mc.be](mailto:js.anderlues@mc.be)



Infor Santé

# Les médicaments, un marché pas comme les autres !

L'hiver approche. La saison des rhumes, refroidissements et autres petits bobos s'annonce. Et avec eux le recours aux sirops, gouttes et cachets de toute sorte. Avant de vous précipiter chez le pharmacien, voici quelques informations utiles au sujet des médicaments et de leur prix.

**Pas de panique**, il ne sera pas question de la sécurité sociale et du budget des soins de santé. Il sera juste question de vous, votre santé et celle de votre portefeuille.

Parmi les médicaments conseillés en cas de douleur et de fièvre, le médicament le plus prescrit et vendu est celui dont la molécule active (principe actif) a pour nom paracétamol.

Le paracétamol est un médicament "ancien", il existe depuis plus de 20 ans, son brevet n'est donc plus la propriété exclusive de la firme pharmaceutique qui l'a mis au point. On dit qu'il appartient désormais au "domaine public". N'importe quelle firme pharmaceutique peut produire et vendre ce médicament en apportant, évidemment, les mêmes preuves de garantie que le médicament original. C'est un médicament générique et la Loi dit qu'il doit être "essentiellement similaire". Et il doit être au moins 30% moins cher que le médicament original.

Le résultat est qu'il existe sur le marché plusieurs médicaments dont le principe actif est le paracétamol, avec un même dosage mais des noms et surtout des prix différents. En résumé, vous avez de la

fièvre, vous entrez dans une pharmacie et demandez du paracétamol 500 mg. Le pharmacien aura alors le choix en théorie entre... 28 boîtes différentes. Et des prix différents !

> Première option : une boîte de paracétamol générique et de "simples" comprimés à avaler : 1 comprimé coûtera +/- de 0,05 EUR à 0,14 EUR, selon le conditionnement.

> 2<sup>ème</sup> option : des comprimés effervescents qui coûteront entre +/- 0,12 à 0,18 EUR pour 1 comprimé.

> 3<sup>ème</sup> option : un comprimé orodispersible (se désagrège rapidement dans la bouche). Là on se trouve dans une fourchette de +/- 0,21 à 0,24 EUR pour 1 comprimé.

> Et pour terminer, si vous êtes allergique à toute forme de comprimé, vous trouverez aussi du paracétamol en sachet de poudre à diluer ! Fraise, capuccino ou vanille ? (On croit rêver...). Pour +/- 0,21 à 0,24 EUR le sachet.

**Du simple au... quintuple**

En résumé, pour un même médicament (même dosage, même principe actif, même garantie) le patient peut déboursier de 0,05 EUR à 0,24 EUR selon la forme, le conditionnement et la firme pharmaceutique. Et cela pour ce médicament en vente "comptoir",



c'est-à-dire sans prescription médicale. Car si vous avez une ordonnance de votre médecin, dans toutes les formes de paracétamol qui existent, il y en a quatre qui se trouvent en catégorie B, donc pour lesquelles l'INAMI prend en charge 75 % du coût. Trois d'entre eux sont des gros conditionnements (100 ou 240) mais il en existe un en "30" comprimés.

**Ça donne à réfléchir, non ?**

Les médicaments ne sont certainement pas des produits du marché comme les autres. Ils sont à consommer avec prudence et modération : voir la campagne actuelle de l'Agence fédérale des Médicaments et des Produits de Santé : [www.un-medicament-nest-pas-un-bonbon.be](http://www.un-medicament-nest-pas-un-bonbon.be) Par ailleurs, n'hésitez pas à poser des questions à votre médecin et votre pharmacien. Le meilleur médicament est celui qu'on ne doit pas prendre !

// DOMINIQUE SERBRUYNS (INFOR SANTÉ)

Les médicaments ne sont certainement pas des produits du marché comme les autres. Ils sont à consommer avec prudence et modération

Bien-être

## Ma pause détente... de retour pour les fêtes !

Envie de prendre un peu de temps pour vous avant le rush de fin d'année ? Infor Santé va vous y aider !

**Comment ?** En vous proposant des ateliers couleurs, style, conseils coiffure et maquillage, le tout dispensé par une pro de l'image ! Quelques heures juste pour vous, rien de tel pour terminer l'année en "beauté" ! **Pour le repas de midi,**

nous vous proposerons un lunch santé que nous partagerons dans la bonne humeur et la convivialité.

**Le samedi 19 novembre** de 9h30 à 16h30 dans les locaux de la Mutualité chrétienne à Anderlues. **Prix pour la journée, repas compris :**

50 EUR pour les membres MC et 55 EUR pour les non membres.

Autres infos et inscriptions (au plus tard le 15/11) au 071/548.318 ou par courriel : [infor.sante.mc.be](mailto:infor.sante.mc.be).

Ça se passe

## Baromètre interfédéral de la pauvreté

Revenus, soins de santé, travail, enseignement, logement, participation et privation...

**Le comité local mutualiste de Dampremy**, Goutroux, Jumet, Marchienne et Monceau vous invite à une conférence – débat par Rémy Jouniaux (Président de la Commission Sécurité Sociale et Fiscalité Pensionnés des Pensionnés Pré-pensionnés Chômeurs Agés de la fédération CSC Charleroi Sambre et Meuse), **le samedi 19 novembre** de 9h30 à 13h à la Salle Casa Nos-

tra, rue des Déportés 45 à Jumet. Accueil dès 9h, suivi d'un exposé-débat et d'un cocktail dinatoire vers 12h15.

Entrée gratuite MAIS inscription indispensable auprès de Delphine Maltier au 071/54.83.20 ou directement à la permanence pendant les heures d'ouverture de la permanence de Jumet.



EXPO

L'UCP Charleroi et ses clubs d'activités manuelles ont le plaisir de vous inviter les 19 et 20 novembre de 10h à 18h à leur exposition de peinture à l'huile, sur soie, d'icônes, aquarelles, art floral, poterie, bijoux, gravure sur verre, gravure en 3D, cartes de vœux. Pendant le week-end également : démonstration de dentelles, de gravure sur verre, peinture sur icônes, sculptures...

À cette occasion, différents artistes exposent leur création sur le thème de la pauvreté. Possibilité d'achat. Petite restauration. Tombola avec tirage immédiat. Entrée gratuite.

Rendez-vous à la Mutualité chrétienne, Rue du Douaire 40 - 6150 Anderlues.



EXCURSION

### Visite du château et marché de Noël à Rochester

La commission culture de l'UCP Centre vous invite le jeudi 8 décembre à passer la journée à Rochester, une ville du Kent, située à environ 50 km à l'Est de Londres.

Programme de la journée :

> 5h30 : départ de la gare de La Louvière Centre  
> 11h : arrivée et visite guidée du château de Rochester pour ceux qui le souhaitent

> 12h30 à 17h : repas et temps libre - visite du marché de Noël  
> 17h : départ de Rochester pour le retour

**Prix :** 40 EUR pour les membres UCP et 45 EUR pour les non-membres, comprenant le transport en car, la traversée Calais-Douvres par l'eurotunnel, la visite du château et le pourboire du chauffeur.

Pour le programme détaillé, bulletin d'inscription et modalité de paiement, contacter l'UCP Centre au 071/54.84.07 ou [evelyne.gobin@mc.be](mailto:evelyne.gobin@mc.be)



CAMPAGNE

### Violences conjugales : impacts sur les enfants

Du 16 novembre au 25 novembre à La Louvière, campagne de sensibilisation, de prévention et d'information pour lutter contre les violences faites aux femmes. Théâtre, musique, expositions, débats... La Commission "Violence" de la Plateforme Femmes de la Ville de La Louvière a varié les supports pour aborder cette thématique pendant 10 jours. Comme par exemple :

- > une sensibilisation publique par le groupe "Rap Porteur" dans la galerie du Cora le **mercredi 16 novembre** de 13h30 à 18h ;
- > "La machine à coudre" : spectacle du Théâtre du Copion et de l'ONG Asmade (Burkina Faso) sur les violences faites aux femmes et le poids de la tradition, suivi d'un débat avec les comédiens et le GAMS, le **mercredi 16 novembre** à 18h30 à la Salle du Palace, Place Mansart ;
- > une conférence/débat "les influences sociales et culturelles de la reproduction des violences intra-familiales", le **jeudi 24 novembre** à 19h30 à la Maison des Associations, Place Mansart.

Pour obtenir le programme complet, contactez la Plateforme Femmes du CPAS au 064/88.50.20.



QUALIAS [www.qualias.be](http://www.qualias.be)

## Bien chez soi !



> LIT ÉLECTRIQUE

- Relève-buste et relève-jambes avec plicature
- Sommier à lattes bois de 90 x 200 cm
- Barrières coulissantes
- Poids maximum 175 kg
- Matelas non compris

1470 € 1099 €



> TABLE DE LIT

- Plateau inclinable et plateau fixe séparé
- Hauteur variable assistée (77 à 117 cm)
- 4 roulettes

279 € 209 €



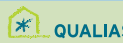
999 €

> NOUVEAU EN EXCLUSIVITÉ DANS LES MAGASINS QUALIAS

- Fauteuil électrique avec position releveur et relax
- Fauteuil sur mesure en tissu

Liste des magasins

Courcelles	071/468 151	Montigny-Le-Tilleul	071/519 000
Charleroi	071/302 772	La Louvière	064/222 560
Soignies	067/645 826	Anderlues	071/548 395
Chimay	060/414 029	Nalines-Gerpinnes	071/228 229
Châtelet	071/382 037		



Promotion valable du 01 au 30 novembre 2011. Les prix s'entendent TVA incluse.