

AGENDA

Le monde change. Et nous?

///

Le Centre de planning familial de Wavre vous propose son cycle de conférences : "Le monde change. Et nous?"

**Amour, sexe et internet...** Par Jacques Marquet, sociologue, professeur à l'UCL, directeur du centre interdisciplinaire de recherche sur les familles et les sexualités (CIRFASE-UCL).

**Date :** le jeudi 17 novembre de 12h15 à 13h15 **Lieu :** salle des Templiers de l'Hôtel de Ville de Wavre **Prix :** 5 EUR/conférence

**Renseignements :** Centre de Planning et de Consultation familiale et conjugale de Wavre - 26, Rue Théophile Piat - 1300 Wavre - 010/22.55.88

Economie sociale, un couple durable ?

///

Le CIEP Brabant wallon (Centre d'Information et d'Education Populaire) organise, dans le cadre de ses rencontres provinciales, une conférence-débat sur le thème de l'économie sociale, avec cette question centrale : économie et social, un couple durable ?

Claire Lammerant, secrétaire fédérale du MOC Brabant wallon, introduira la soirée, au cours de laquelle interviendront six acteurs :

> Luca Ciccía, chargé de projets au SAW-B : présentation du SAW-B, Solidarité des Alternatives wallonnes et bruxelloises ;

> Jean-Pierre Gouverneur, permanent du CIEP : la 3e voie ;

> Frédéric Vanlerberghe, permanent interprofessionnel CSC : le point de vue syndical ;

> Gian Mauro Lai : présentation du projet R.APPE.L. ;

> Jean Delespesse : coordinateur du Crabe : présentation d'Agricovert et de florico ;

> Jean-Marc Sengier : vice-président du Conseil wallon d'économie sociale : conclusions

Un jeu de questions réponses est prévu à l'issue de chaque présentation, après l'introduction et avant les conclusions finales.

**Date :** le lundi 21 novembre à 19h **Lieu :** locaux de la mutualité chrétienne, salle Jean de Nivelles (entrée : rue de Bruxelles, entre le 47 et le 49 dans le fond du parking à droite) **PAF :** gratuit

**Renseignements :** MOC BW - 067/21.89.91

MUTUALITÉ

Fermetures

///

>> Mutualité

En raison de la fête de l'Armistice, le siège régional (54, bd des Archers à Nivelles et tous nos secrétariats seront fermés le **vendredi 11** et le **samedi 12 novembre**.

>> Qualias

Les magasins Qualias Nivelles (56, bd des Archers) et Opti-Jodoigne (5, rue de la Bruyère) seront fermés le **vendredi 11** et **samedi 12 novembre**.

Gros plan sur

Un diabétique sur deux s'ignore...

Le diabète sucré est une maladie trop fréquente. En Belgique, l'INAMI estime à plus de 450.000 le nombre de diabétiques, dont 80 à 90% de diabétiques de type 2.

**Des chiffres impressionnants** et les projections sont aussi alarmantes : dans 25 ans, le nombre de diabétiques pourrait atteindre les 300 millions dans le monde. Nous sommes face à un réel problème de santé publique.

Qu'est-ce que le diabète sucré ?

C'est un syndrome consécutif à un trouble du métabolisme des hydrates de carbone (sucres) entraînant une hyperglycémie plus ou moins permanente. Le glucose, source d'énergie pour notre corps, est présent dans le sang. Pour que le corps puisse l'utiliser, le métaboliser, il a besoin de l'hormone "insuline".

Quelle différence entre le diabète de type 1 et le diabète de type 2 ?

**Le diabète de type 1** est le résultat de la destruction par le système immunitaire des cellules qui sécrètent l'insuline. La maladie, qualifiée d'auto-immune, agit selon des mécanismes relativement méconnus. Il est faiblement présent dans la population, 0,03% de la population d'après l'INAMI.

**Le diabète de type 2** provient principalement de la résistance des cellules à l'insuline. Cette dernière perd de son efficacité et le glucose augmente dans le sang. Le risque de développer un diabète de type 2 est nettement plus élevé ; il est de

5% de la population soit une personne sur 20 selon l'INAMI. Le risque augmente avec l'âge : 20% des personnes de plus de 65 ans sont atteintes de diabète de type 2.

Se soigner mais surtout prévenir

Un diabétique sur deux ne sait pas encore qu'il est diabétique. Ce sera un des messages de la journée mondiale du diabète du 14 novembre.

Pour y donner écho et comme acteurs de la santé, les Mutualités chrétiennes de Tubize, de Jodoigne et de Nivelles organisent une **ournée d'information et de sensibilisation sur le diabète**. Cette action locale qui se déroule de **9h à**



© Mutualités chrétiennes

**12h30** permet également à toute personne qui le souhaite de se soumettre à un **DÉPISTAGE** par des infirmières spécialisées.

Vous êtes intéressé(e) ? Cette maladie concerne l'un de vos proches ?

Rendez-vous à l'une des adresses suivantes :

Le **jeudi 17 novembre** au CMS de Tubize, 12, rue de Bruxelles à Tubize, 02/355.96.65

Le **jeudi 17 novembre** au CMS de Jodoigne, 9, rue de la Bruyère à Jodoigne, 010/81.35.66

Le **samedi 26 novembre** au CMS de Nivelles, 54, boulevard des Archers à Nivelles, 067/89.36.12

**Au programme :** des dépistages, des dépliants, des brochures, des informations en direct, des animations, des recettes pour personnes diabétiques, des dégustations sur place... C'est gratuit. Vous y êtes les bienvenus !

**Nos partenaires :** Infor Santé, Qualias, Altéo, Aide et Soins à Domicile (ASD) et l'Association Belge du Diabète (ABD).

Source : Contact, Revue de l'Aide et des Soins à Domicile, N°117/Janvier 2009.

Vie Féminine

Autour de la ménopause...

Vie Féminine vous propose une conférence débat : autour de la ménopause...avant, pendant, après.

**Cette conférence**, par le Dr Catherine Markstein de l'asbl Femmes et Santé, sera suivie d'ateliers participatifs :

1. L'image de soi : Comment vivre mon corps qui change ? Comment je me sens ? Est-ce que je me sens encore femme ?
2. La vie affective et sexuelle : Puis-je encore séduire ? Ai-je encore du désir ? Et le plaisir dans tout cela ?
3. Etre actrice de sa vie : Quels sens donner à ma vie ? Qu'est-ce que je veux aujourd'hui ? Et si j'osais un nouveau départ ?
4. Une nouvelle étape dans son corps : Quelles sont mes ressources aujourd'hui ? Comment construire ma qualité de vie ? Y'a-t-il un pilote dans l'avion ? C'est quoi l'auto-santé ?

**Date :** le **vendredi 18 novembre** de 13h à 16h30

**Lieu :** Nivelles, locaux de la Mutualité chrétienne (salle Philippe De-tienne), 54, Bd des Archers

**PAF :** gratuit

**Inscription :** avant le 14 novembre. Vie Féminine BW, Claudine Demunter, 85 Boulevard des Archers, 1400 Nivelles, brabantwallon@viefeminine.be, 067/ 84.13.75.

Avec le soutien de l'asbl Femmes et Santé, de Vie Féminine Brabant wallon, de la Mutualité Chrétienne du BW et du Planning Familial de Nivelles.



© Photos: Goudal

Mutualité chrétienne Brabant Wallon

54 Bd des Archers, 1400 Nivelles

Éditeur responsable : Jean-Marc Dieu

Fax : 067/21.42.69

E-mail : brabant.wallon@mc.be - www.mc.be

**Tél. 067 89 36 36**

**QUALIAS**  
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€**

**> NOUVEAU EN EXCLUSIVITÉ DANS LES MAGASINS QUALIAS**

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

**999€**

Liste des magasins

Jodoigne	010/860 907	Rue de la Bruyère, 5
Nivelles	067/893 681	Bd des Archers 56

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



# Vacances pour les jeunes



Découvrez le programme des vacances hiver : Carnaval et Pâques - pour enfants et adolescents entre 7 et 18 ans. Séjours : équitation, cirque et ski / surf.

## Carnaval

### SPA - Equitation

7-10 ans

Situé en lisière de forêt à deux kilomètres du centre de Spa, le domaine de Mambaye s'étend sur 10 ha boisés.

Au programme : découverte et apprentissage de l'équitation et soins à donner aux chevaux. Les enfants bénéficieront quotidiennement de 3 heures de temps d'équitation, par demi-groupe et en fonction de leur niveau. Ils participeront également à de folles aventures, au cœur de la nature, où ils auront l'occasion de découvrir les secrets de Mambaye...



### VALMEINIER - Ski

14 ans

Valmeinier est situé au sud de la Savoie. Sa situation propose de nombreuses pistes pour les skieurs de tous niveaux. Les leçons sont données par petits groupes, 4 heures par jour et encadrées par des moniteurs spécialisés.

### MARIAPFARR - Ski

15 - 18 ans

Situé dans le nord-est du land de Salzbourg, la région la plus ensoleillée d'Autriche, la maison "Carinth" se situe à 10 minutes en bus des pistes les plus proches. Les domaines skiables sont tous pourvus d'une grande diversité de pistes pour tous les niveaux.



## Renseignements et inscriptions :

Jeunesse & Santé Brabant Wallon  
54 Bd des Archers, 1400 Nivelles  
Tél. : 067/89 36 45 - Fax : 067/2219 10

Jeunesse & Santé Bruxelles,  
111-115 Bd Anspach, 1000 Bruxelles  
Tél. : 02 / 501 58 20 - Fax : 02 / 501 58 19

## Pâques

### GRAIDE - Equitation

7-12 ans

L'écurie de l'Avrainchenet est située à Graide en plein milieu des Ardennes belges.

Au programme : découverte et apprentissage de l'équitation et soins à donner aux chevaux. Les enfants bénéficieront quotidiennement de 3 heures de temps d'équitation, par demi-groupe et en fonction de leur niveau. En dehors de l'équitation : jeux dans les bois, veillées, chants ... seront organisés par les animateurs de J&S.

### BREDENE - Cirque - séjour d'intégration

9-13 ans pour les valides

9-15 ans pour les moins valides

Le centre "Horizon" est situé à moins de cent mètres de la plage.

Jonglerie avec foulards, balles, diabolo, équilibre sur boule, tonneaux... permettront aux enfants de s'épanouir, d'apprendre à connaître leur corps, de s'affirmer, de découvrir l'espace, de développer leur créativité et leur esprit de groupe. Ce séjour est encadré par une animatrice formée en Handicirque provenant de l'Ecole de Cirque de Gembloux.

### VALMEINIER - Ski ou surf

14 ans

Valmeinier est situé au sud de la Savoie. Sa situation propose de nombreuses pistes pour les skieurs de tous niveaux. Les leçons sont données par petits groupes, 4 heures par jour et encadrées par des moniteurs spécialisés.

### MARIAPFARR - Ski ou Surf

15 - 18 ans

Situé dans le nord-est du land de Salzbourg, la région la plus ensoleillée d'Autriche, la maison "Carinth" se situe à 10 minutes en bus des pistes les plus proches. Les domaines skiables sont tous pourvus d'une grande diversité de pistes pour tous les niveaux.

Une réduction de 50 % pour les membres de la Mutualité chrétienne du prix du séjour est accordée pour les enfants à charge des membres

SÉJOURS	DATES	AGES	TRANSPORT	PRIX MEMBRES MC	INSCRIPTION À ENVOYER À J&S
SPA	19 au 24 février	7-10 ans (entre 2002 et 2005)	En car	151 EUR	Brabant Wallon
GRAIDE	31 mars au 7 avril	7-12 ans (entre 2000 et 2005)	En car	205 EUR	Brabant Wallon
BREDENE	7 au 14 avril	9-13 ans (entre 1999 et 2003) pour les valides 9-15 ans (entre 1997 et 2003) pour les moins valides	En car	163 EUR	Brabant Wallon
VALMEINIER	18 au 25 février	14 ans (1998)	En car	460 EUR	Brabant Wallon
VALMEINIER	31 mars au 8 avril	14 ans (1998)	En car	Ski : 430 EUR Surf : 499 EUR	Brabant Wallon
MARIAPFARR	17 au 25 février	15-18 ans (entre 1994 et 1997)	En car	Ski : 699 EUR	Bruxelles
MARIAPFARR	30 mars au 7 avril	15-18 ans (entre 1994 et 1997)	En car	Ski ou surf : 686 EUR	Brabant Wallon

### Réduction 50%

Une réduction de 50 % pour les membres de la Mutualité chrétienne (excepté pour les séjours 15-18 ans) du prix du séjour est accordée pour les enfants à charge des membres qui, au moment de l'inscription, sont :

- > bénéficiaires du revenu garanti aux personnes âgées,
- > bénéficiaires du revenu d'intégration (ex-minimex),
- > bénéficiaires de l'intervention majorée (ex-VIPO),
- > titulaires bénéficiant d'une allocation d'handicapé,
- > chômeurs complets indemnisés depuis plus de 6 mois (isolés ou chefs de famille).

## DEMANDE D'INSCRIPTION

A COMPLÉTER EN MAJUSCULES ET À RENOYER À LA RÉGIONALE J&S ORGANISATRICE DU SÉJOUR.

Identification du séjour :

Lieu :

Dates : du \_\_\_\_\_ au \_\_\_\_\_ 2012

Identification du participant :

VIGNETTE DE MUTUALITÉ DU PARTICIPANT OBLIGATOIRE

Tél. privé :

GSM : (pour un message de bonne arrivée)

Pour le ski/surf : Taille : \_\_\_\_\_ cm Pointure : \_\_\_\_\_

Niveau :  Débutant  Moyen  TB

Pour le séjour à Valmeinier (14 ans) et à Mariapfarr (15-18 ans) à Pâques, merci de cocher :  Ski  Surf

Ces informations sont utilisées pour vous tenir au courant de nos activités et publications. La loi du 8/12/92 sur le traitement des données à caractère personnel vous donne le droit de recevoir des communications ou des informations vous concernant et qui sont enregistrées dans notre fichier. Vous pouvez aussi faire corriger ou effacer les données inexactes.

Présente un problème de santé ou un retard :  oui  non  
Si oui, lequel ? \_\_\_\_\_

Bénéficiaire de la réduction de - 50% :  oui  non

### Déclaration du représentant légal,

Je soussigné(e),

Nom \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

père  mère  ou tuteur , en ordre de cotisation complémentaire, déclare donner mon accord pour l'inscription du jeune précité. J'autorise Jeunesse & Santé à bénéficier des remboursements des frais engagés par l'organisation pour des soins de santé éventuels, pour le jeune précité, à la période concernée. Je déclare avoir pris connaissance des conditions générales et y souscrire. Celles-ci sont disponibles en contactant le secrétariat de Jeunesse & Santé.

Date :

Signature du représentant légal :