

Gros plan sur

Envie de bouger avec DynAmiSport



DynAmiSport, c'est un cercle sportif qui propose des activités adaptées aux personnes à mobilité réduite. En Brabant wallon, DynAmiSport propose du tennis de table, de la natation et de la cyclodanse.

Très proche d'Altéo, il est affilié à la FEMA/ESSOR (Fédération Multisports Adaptés, reconnue par l'Adeps). Nous avons rencontré Guido Smets, le sympathique secrétaire de l'association.

club. On y rencontre des personnes en voitures, des personnes déficientes visuelles, des personnes présentant un handicap mental... Chaque discipline est encadrée par des moniteurs brevetés.



EM : DynAmiSport participe aussi aux "Special Olympics" ?

G.S. : Chaque année, plusieurs sportifs de la section tennis de table participent à cet événement et y remportent des médailles. "Special Olympics Belgium" sont des jeux olympiques auxquels prennent part uniquement des sportives et sportifs handicapés. Ils se déroulent chaque année, pendant le week-end de l'Ascension, en alternance en Flandre, en Wallonie et à Bruxelles. Environ 3000 sportives et sportifs handicapés y sont présents dans plusieurs disciplines telles que la natation, le tennis de table, le judo, l'équitation, le basket, le foot, et encore bien d'autres.

EM : DynAmiSport, pourquoi ?

Guido Smets : DynAmiSport a comme objectif premier de permettre la pratique sportive aux personnes handicapées. Nous mettons l'accent sur leur intégration en ouvrant aussi les clubs aux personnes valides. Cette ouverture permet aux sportifs handicapés de prendre conscience de leur potentiel. Les personnes valides découvrent la capacité à pratiquer un sport pour les personnes moins valides.

EM : Et quelles disciplines peuvent-ils pratiquer en BW ?

G.S. : La natation (piscine adaptée du complexe sportif Cardinal Mercier) et le tennis de table (Village N°1) à Braine-l'Alleud, la cyclodanse à Louvain-la-Neuve. Nous espérons pouvoir bientôt étendre l'offre à du basket pour personnes valides et du boccia (sorte de pétanque).

EM : Et au niveau du prix ?

Un montant annuel de 10 euros prend la cotisation au club, à la fédération et l'assurance. Une participation de 5 euros par séance est demandée pour couvrir les frais de fonctionnement. Par ailleurs, la MC intervient dans le cadre de son avantage sport. C'est donc plus qu'accessible !

EM : Quelles personnes handicapées cela touche-t-il ?

G.S. : Le public qui fréquente le club est constitué de personnes "tous handicaps". Les différentes disciplines pratiquées sont adaptées aux sportifs qui fréquentent le

Quelques témoignages :

Jacqueline (53 ans, handicapée mentale légère) : J'ai apprécié participer au Special Olympics. J'ai rencontré plein de sportifs, handicapés, comme moi. J'ai décroché des médailles. C'est important pour moi d'y participer.

Philippe (56 ans, handicapé mental léger, malentendant) : J'ai participé, pour la première fois aux Special Olympics. J'ai reçu une médaille de participation, mais l'important n'est pas d'être premier, c'est de participer. C'était une belle expérience.

Philippe (70 ans, hémiplégié) : Ma participation à l'activité natation : c'est évident que cela me permet de progresser. Pour me déplacer, j'ai besoin d'une canne. Dans l'eau, ce n'est pas possible. Cela m'oblige à faire des mouvements que je ne fais pas hors de l'eau, comme par exemple plier la jambe.

Renseignements pratiques

Tennis de table : à Braine-l'Alleud (Village N°1, salle Martine Baron), les jeudis soirs de 17h à 19h.

Natation : à Braine-l'Alleud (complexe sportif du collège Cardinal Mercier), les deuxièmes et quatrièmes dimanche du mois de 16h à 18h.

Cyclodanse : à Louvain-la-Neuve, (salle du Placet), les 2^{ème} et 4^{ème} lundis du mois de 19h30 à 21h.

Infos : auprès de Guido Smets, 02/387 21 32, dynamisport@skynet.be

AGENDA

Bébés sourds bouquinent

///

La bibliothèque de Nivelles vous propose l'activité "Bébés, bambins sourds bouquinent"

Venez découvrir ou redécouvrir les histoires racontées, lues, chantées simultanément en langue des signes et en langue orale par des conteurs-lecteurs sourds.

Public : enfants de 0 à 8 ans accompagnés d'un adulte

Dates : les dimanches 29 janvier, 25 mars, 27 mai, 30 septembre et 25 novembre de 10h30 à 11h30.

Prix : gratuit.

Lieu : au 1^{er} étage de la section jeunesse de la bibliothèque.

Renseignements : Bibliothèque publique locale de Nivelles - Place Albert 1^{er}, 1, 067/89.26.30 - valerie.colin@biblio.nivelles.be

Une organisation de la bibliothèque publique locale de Nivelles en collaboration avec l'APEDAF (Association des Parents d'Enfants Déficients Auditifs Francophones).

Vivre debout

///

Pour la quatrième fois dans l'est du Brabant wallon, et pour la deuxième fois à Perwez, Vivre Debout, festival du film social, se déroulera tout au long du week-end des 9, 10 et 11 mars, au Foyer culturel de Perwez. Découvrez en primeur le programme sur www.vivredebout.be

Travailleurs sans emploi

///

A partir de février, le CIEP organisera dans les 4 sous-régions du Brabant wallon des rencontres, avec des "travailleurs sans emplois". Tous, nous le savons : nous avons des qualités, un savoir-faire et que nous avons des choses à dire, mais, aussi que hors des circuits habituels, ce n'est pas facile. Le CIEP propose donc un lieu pour se retrouver et se parler. Ensemble, le CIEP et les TSE pourraient s'organiser, sortir, organiser une vente, se former...

Le CIEP sera présent un avant-midi par semaine dans les régions de Jodoigne, Ottignies, Nivelles et Tubize.

Renseignements : Marc De Smet, ou Agnès Van Oudenhove - Bd Fleur de Lys, 25 - 1400 Nivelles - 067/21.89.91 - fax: 067/84.16.04 - marc.desmet@mocbw.be - agnes.vanoudenhove@mocbw.be

Familles mono-parentales, recomposées, homo-parentales.

///

Le Centre de planning familial de Wavre vous propose son cycle de conférences : "Le monde change. Et nous?" Que peut-on dire d'une perspective psychanalytique? Par Susann Heenen-Wolff, professeur de psychologie clinique (UCL, ULB), psychanalyste (Société belge de psychanalyse).

Date : le jeudi 16 février de 12h15 à 13h15

Lieu : Salle des Templiers de l'Hôtel de Ville de Wavre

Prix : 5 EUR/conférence

Renseignement : Centre de Planning et de Consultation Familiale et Conjugale de Wavre - 26, Rue Théophile Piat - 1300 Wavre - 010/22.55.88

Trocadéro

///

L'UCP vous propose la revue "Prestige 2012" concoctée par Didier Vincent.

Date : le mardi 14 février à 15h

Prix : membres UCP : 34 EUR., non-membres UCP : 39 EUR.

Compris : transport en car et entrée au spectacle.

Inscriptions : auprès de votre responsable local ou auprès de la régionale au 067/89.36.90 le plus tôt possible et au plus tard le 31 janvier.

Renseignements : UCP - 067/89.36.90

Les inscriptions se feront dans la limite des places disponibles.

Attention : à partir du 31 janvier, les désistements ne seront plus remboursés, le mieux est alors de se faire remplacer.

QUALIAS

Les magasins Qualias de Nivelles (56 bd des Archers) et de Jodoigne (5 rue de la Bruyère) seront fermés ce jeudi 26 janvier après-midi.

Qualias

Commencez l'année avec de bonnes résolutions

Qualias vous propose :

un vélo d'appartement (Brem-schey BF3)

> Appareil de fitness simple d'utilisation

> Compteur LCD

> Réglage vertical et horizontal de la selle

> Cadre bas

Au prix promotionnel de 299 EUR.

pédalier BREMSHEY (PÉDALIER 08BRSC267)

> Facile à monter et à ranger

> Simple d'utilisation

Au prix promotionnel de 20 EUR. au lieu de 25 EUR.

Qualias Jodoigne, rue de la Bruyère, 5, 010/86.09.07

Qualias Nivelles, dd des Archers, 56, 067/89.36.81

Promotion valable du 1^{er} au 31 janvier 2012



Assurance complémentaire

Les nouveautés en 2012

En 2012, votre assurance complémentaire s'enrichit de nouveaux avantages.

Il convient d'épingler quatre nouveaux avantages qui viennent améliorer ceux dont vous bénéficiez déjà.

Optique

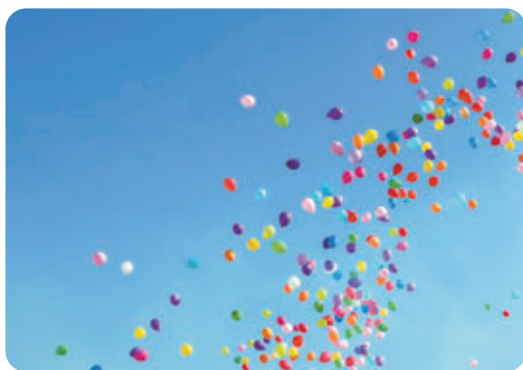
L'avantage "optique" est étendu à tous, quel que soit l'âge. Jusqu'à présent, cet avantage n'était octroyé qu'aux personnes de moins de 26 ans. Vous bénéficiez donc d'une intervention allant jusqu'à 200 euros. (4 x 50 euros) pour le renouvellement ou l'achat de montures de lunettes, de verres ou des lentilles. De plus, si vous les achetez chez Opti-Jodoigne, vous obtenez aussi une réduction allant jusque 30% sur des produits de qualité. En 2012, un deuxième magasin d'optique sera ouvert à Court-st-Etienne.

Contraception

L'avantage "contraception" est lui aussi étendu à toute la population, quel que soit l'âge de la bénéficiaire. En 2011, il se limitait aux moins de 30 ans. Pour rappel, vous pouvez bénéficier d'une intervention de 36 euros par an pour les frais de pilule, le patch, l'injection ou l'anneau vaginal ou de 100 euros tous les trois ans pour les frais liés aux stériletts ou pour les implants contraceptifs.

Logopédie

L'intervention de 10 euros passe à 75 séances renouvelable une fois par pathologie (précédemment 45 séances). De plus, vous pouvez bé-



néficier d'une intervention forfaitaire de 20 euros pour la réalisation d'un test de quotient intellectuel (QI) nécessaire à la constitution d'un dossier pour les trouble du langage ou la dysphasie.

Audition

Qualias vous propose des consultations gratuites d'audiologie. Elles se font sur rendez-vous par un audiollogue diplômé. (à Nivelles, 56 bd des Archers, les 1^{ers} et 3^{èmes} mardis du mois ou à Jodoigne, rue de la Bruyère, 5, les 2^{èmes} et 4^{èmes} mardis de chaque mois). Pour Nivelles, rendez-vous au 067/89.36.81, pour Jodoigne, au 010/86 09 07.

Votre cotisation en 2012

Cotisation 1 titulaire 8,50 EUR./mois
Cotisation 2 titulaires 17 EUR./mois
Enfants ou autres personnes à votre charge : GRATUIT

Que couvre cette cotisation ?

Cette cotisation vous donne droit aux nombreux avantages qui sont largement détaillés dans la brochure «Avantages et services 2012». Celle-ci est disponible chez votre conseiller mutualiste, n'hésitez pas à la lui demander. Vous pouvez également la recevoir en envoyant un mail à communication-bw@mc.be ou par courrier à la Mutualité chrétienne du Brabant wallon, service communication, 54 bd des Archers, 1400 Nivelles.

Plus d'infos : auprès de votre conseiller mutualiste.

Les nouveaux avantages de l'assurance complémentaire 2012 seront d'application sous réserve de l'accord de l'Office de Contrôle des Mutualités.

VACANCES J&S

VALMEINIER

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.



Carnaval :
Ski
du 18 au 25 février
Nombre de participants : 30 nés en 1998
Transport : en car
Prix membre - surf : 460 EUR. (Prix : 690 EUR.)

Pâques :
Ski ou surf
du 31 mars au 8 avril
Nombre de participants : 30 nés en 1998
Transport : en car
Prix membre - ski : 430 EUR. (Prix : 660 EUR.)
Prix membre - surf : 499 EUR. (Prix : 729 EUR.)

Si vous désirez plus d'informations ou recevoir les conditions générales et le bulletin d'inscription, vous pouvez nous contacter au 067/89 36 45. Vous pouvez également télécharger le bulletin d'inscription sur www.mc.be/information sur nos mouvements / Jeunesse & Santé.

UCP

Vacances +50

Le service Vacances+50 de l'UCP a sélectionné avec un soin tout particulier, de nouvelles destinations de voyage qu'il vous propose de découvrir à travers sa brochure "Été 2012". Un programme réalisé sur les thèmes de la découverte culturelle, de la détente, des sports..., le tout pour satisfaire les désirs de chacun. La saison "Été 2012" est donc lancée !

Nouvelles ristournes octroyées aux mutualistes chrétiens :

Ristourne de 30 EUR. pour les séjours Belgique au lieu de 25 EUR.
Ristourne de 75 EUR. pour les séjours étranger au lieu de 38 EUR.

Sans compter la ristourne de 12,50 EUR. à tout participant inscrit à l'un des séjours de la brochure Été 2012 avant le 16 février.

Et pour vous mettre l'eau à la bouche, voici une des destinations phare :

THAÏLANDE, circuit du 7 au 22 avril

Vous avez toujours été fasciné par l'ancienne culture du Siam et vous avez envie d'en admirer les vestiges et les nombreuses curiosités historiques ? Vous voulez partir à la découverte des forêts vierges, des rizières sans fin, des paysages montagneux à couper le souffle ? Vous rêvez d'un moment de calme le long de plages de sable blanc et d'eaux cristallines ? Ce circuit de 16 jours est la parfaite combinaison des 3 !



Au programme découverte, entre autres de : Bangkok, Ayuthaya, Rivière Kwai, Chiang Rai, Phuket, Chiang Mai, Phitsanuloke...
Logement en hôtels 5 étoiles, petits-déjeuners inclus, 8 déjeuners et 5 dîners compris.

Prix :
Prix de base 2.082 EUR.
Ristourne Mutualistes chrétiens 75 EUR.
Supplément single 271 EUR.
Acompte 520 EUR.

Notre brochure est disponible au secrétariat régional. Elle est gratuite, demandez la via le 067/89 36 90 ou auprès de vacances+50.ucpbrabantwallon@mc.be
Les vacanciers qui auraient participé à un séjour de la saison hiver 2011 recevront automatiquement ce catalogue par courrier.
Ouverture des inscriptions à partir du 19 janvier.

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

Mutualité

Vous tombez malade. Dites-le vite à votre mutualité !

L'incapacité de travail, c'est une grippe, un tour de reins, une jambe cassée... Bref, pour raison médicale, vous êtes incapable d'aller travailler ou de remplir vos obligations en matière de chômage. Sous certaines conditions, votre mutualité vous versera un revenu de remplacement, appelé aussi indemnité de maladie.

En cas de maladie, vous devez d'une part prévenir votre employeur. D'autre part en informer votre mutualité en lui remettant votre certificat médical très rapidement : **vous avez 48 heures !** Cette attestation d'incapacité de travail, aussi appelée "formulaire confidentiel", est un document officiel très important qui nous permet de calculer à partir de quel moment vous serez indemnisé. Il doit être remis par la poste, le cachet postal faisant foi. Vous pouvez aussi le déposer directement contre accusé de réception au siège central de la Mutualité, 54 bd des Archers à 1400 Nivelles. Il ne faut surtout pas le déposer dans notre réseau de boîtes aux lettres, ni nous fournir une photocopie. Seul le certificat original, dont toutes les rubriques doivent être complétées, est considéré valable.

Feuille de renseignements

Dès réception de votre certificat mé-

dical, la mutualité vous envoie une feuille de renseignements. Vous devez la compléter et la transmettre à la mutualité. Votre employeur ou votre organisme de paiement du chômage est aussi contacté par la mutualité afin de lui demander les données salariales nécessaires pour pouvoir déterminer le montant de vos indemnités en cas d'incapacité de travail. Cette feuille de renseignements sert à calculer le montant de vos indemnités. Renvoyez-la rapidement !

Dès réception de votre certificat, le médecin-conseil peut vous convoquer à tout moment pour un examen médical. Munissez-vous alors de tous les documents médicaux en rapport avec votre incapacité de tra-

vail dont vous disposez. Une absence non-justifiée entraîne une suspension du paiement de vos indemnités.

Pendant la première année d'incapacité de travail, le patient est amené à rencontrer son médecin-conseil à plusieurs reprises. Ensemble, ils éclaircissent la situation médicale, resituée dans un contexte global de travail. A l'issue de chaque consultation, le médecin-conseil décide de poursuivre (ou non) la reconnaissance de l'incapacité de travail.

Pour tout renseignement complémentaire, n'hésitez pas à prendre contact avec votre conseiller mutualiste habituel.

Vous pouvez vous procurer une attestation d'incapacité de travail ("formulaire confidentiel") sur www.mc.be, auprès de votre conseiller mutualiste ou en appelant le 0800 10 9 8 7 (appel gratuit).