

ÇA SE PASSE

"Autour Du Livre"

Le Centre culturel régional de Verviers vous propose la 2^{ème} édition de la brochure "Autour du Livre". Petits et grands peuvent ainsi découvrir plus d'une cinquantaine d'activités touchant le livre et la lecture.

De janvier à juin 2012 partez à la découverte d'expositions, d'ateliers, de lectures contées, de conférences, de spectacles ou de films aux thématiques variées proposés par 19 partenaires de la région verviétoise. Bibliothèques, musées, centres culturels et associations culturelles diverses ont réuni leurs activités dans cette brochure afin de vous proposer de nouveaux chemins à la découverte du livre. N'attendez plus ! Les brochures sont à présent disponibles dans différents lieux culturels de la région et sur le site www.ccrv.be. Bonne année 2012 autour du Livre !

Informations complémentaires : 087/39.30.41



Visite guidée en Pays de Vesdre

Bienfaisance et charité, du 19^{ème} siècle à nos jours
La ville de Verviers connaît un développement et un enrichissement considérables au XIX^{ème} siècle mais beaucoup de ses ouvriers vivent dans la misère et le dénuement. Comment s'organise l'aide sociale à cette époque ? Quelles traces sont encore visibles dans notre ville ? Evolution de cette idée de bienfaisance.

Date : le dimanche 19 février à 14h
Lieu : Place de l'Abattoir, 4800 Verviers
Infos et renseignements : 087/22.12.94

MOUVEMENTS

Conférence : la naturopathie



"La naturopathie est l'art et la manière de prendre soin de soi et de sa santé grâce à un ensemble de méthodes naturelles et ce, via une meilleure connaissance de son corps, de ses mécanismes physiologiques et biologiques." Elle vise à renforcer au maximum la santé en détoxifiant et revitalisant l'organisme ainsi qu'en stimulant les mécanismes vitaux afin de combattre la maladie plutôt que d'en supprimer les symptômes.

La naturopathie intervient comme agent de prévention, comme outil de développement personnel et de rééquilibre de notre corps, en prenant en compte tous les aspects de notre vie : nutrition, hygiène de vie, activité physique.

Si vous voulez en savoir plus, nous vous invitons à partager un moment d'échange avec Françoise Delbrouck, naturopathe.

Date : le mardi 7 février à 14h30
Lieu : Réfectoire de la Mutualité chrétienne., rue Laoureux 25-29 à Verviers
Prix : 3 euros (Membre mutualiste chrétien en ordre de cotisation UCP 2012 : 2 euros)
Nombre de places limité - Inscription obligatoire : 087/30.51.29



Assurance Complémentaire

Une année deux mille... douce !

Dans le cadre de votre assurance complémentaire à la MC Verviers-Eupen, vous pouvez bénéficier d'interventions financières dans les frais occasionnés par certaines médecines douces.

Médicaments homéopathiques : jusqu'à 125 euros par an

Nous vous remboursons 25% du prix des médicaments homéopathiques prescrits par un médecin avec un maximum de 125 euros par an et par personne. L'intervention se fait sur base de l'attestation BVAC, qui vous sera donnée en pharmacie si vous avez une prescription et qui spécifie clairement les médicaments qui feront l'objet de l'intervention.

Nous vous remboursons 25% du prix des médicaments homéopathiques prescrits par un médecin

70 euros par an pour des soins
Vous avez recours à l'ostéopathie, la chiropraxie, l'acupuncture ou la

psychologie ? Profitez de notre nouvel "Avantage Bien-être" : nous vous remboursons 10 euros par séance, jusqu'à 7 séances par an et par bénéficiaire (soit 70 euros). Les types de soins peuvent être cumulés (ex : 3 prestations d'ostéopathie et 2 d'acupuncture).

Comment obtenir le remboursement ?

Si le prestataire est agréé par la Mutualité, il vous suffit de nous faire parvenir l'attestation qu'il vous aura remise accompagnée d'une vignette jaune, en la déposant dans une de

nos boîtes aux lettres présentes partout dans l'arrondissement, ou en vous rendant dans votre agence habituelle. Pour obtenir la liste des praticiens agréés, il vous suffit d'un coup de fil ou d'une rapide visite dans l'une de nos agences.



Sport

La Zumba, c'est vraiment pour tous



Depuis le début des années 2000, un nouvelle forme de fitness a fait son apparition sur la planète sport : la Zumba. Pas tout à fait danse, ni tout à fait fitness, idéale pour transpirer et dépenser des calories sans avoir l'impression de faire du sport, la Zumba est devenue une manière sympathique de prendre soin de son corps, en brûlant des calories, mais surtout, en s'étirant le sourire sur des rythmes endiablés.

Aujourd'hui, elle se développe, se diversifie, et s'étend sur le monde entier. La question est maintenant : pourrez-vous résister à la vague Zumba ? Des plus petits clubs aux grands complexes sportifs, rares sont ceux qui ne l'inscrivent pas au programme...

Les baby boomers ne sont pas en reste

Vous avez envie de danser sur des musiques latino, comme la salsa, le



merengue, le flamenco ou le reggaeton ? Mais vous vous dites que ce genre de distraction convient mieux aux jeunes gens qu'aux seniors ? Que nenni ! Comble de la chance, il en existe une version Zumba Gold, spécialement dédiée aux seniors. Nul besoin d'avoir une bonne capacité physique ou de savoir danser pour suivre des cours, la Zumba Gold est parfaite pour tous ceux qui désirent maintenir ou reprendre

une activité physique, pour préserver les articulations et le système cardio-vasculaire. Sport Seniors vous en propose justement un cours, donc n'hésitez plus, laissez-vous tenter et vivez, vous aussi, l'expérience Zumba.

Infos et renseignements : G. Fortemps 0477/76.63.93 ou M. Wouters 0477/74.46.10

Bon à Savoir

Réduction sur les transports en commun

Vous bénéficiez du statut BIM ou OMNIO ? Vous pouvez prétendre à certains avantages si vous utilisez les transports en commun.

SNCB

Une réduction de 50% vous est octroyée sur le transport en 2^{ème} classe. La demande est à introduire au guichet de la gare, sur présentation d'une attestation précisant le droit à l'intervention majeure (BIM ou OMNIO) et d'une photo d'identité. Pour obtenir l'attestation de la mutualité, nous vous invitons

à prendre contact avec nos services.

TEC

Vous bénéficiez d'un tarif préférentiel sur les cartes "Inter %". La demande est à introduire dans un des points de vente du TEC (ou dans les bus en dehors des agglomérations) en présentant la carte de réduction

délivrée par la SNCB. A côté de ces réductions octroyées aux personnes bénéficiant du statut BIM ou OMNIO, sachez que des tarifs préférentiels sont également accordés aux personnes de plus de 65 ans.

Plus d'infos : 087/30.51.11 ou verviers@mc.be

Les vacances d'hiver 2012



Les vacances scolaires approchent à grands pas et votre enfant cherche une activité pendant cette période de relâche ? Et s'il partait en vacances ?



SEJOURS 14 ANS

Saint Luc (Suisse)
pour les 14 ans (nés en 1998) du 18 au 25 février 2012
686,00 EUR ==> 456,00 EUR
Voyage en car de nuit!

VALMEINIER (France)
pour les 14 ans (nés en 1998) du 18 au 25 février 2012
SKI 686,00 EUR ==> 456,00 EUR
SNOWBOARD uniquement possible à Pâques 750,00 EUR ==> 521,00 EUR
(Enneigement assuré par des canons à neige artificielle!) - voyage en car

VALMEINIER (France)
pour les 14 ans (nés en 1998) du 31 mars au 8 avril 2012
SKI 686,00 EUR ==> 456,00 EUR
SNOWBOARD uniquement possible à Pâques 750,00 EUR ==> 521,00 EUR
(Enneigement assuré par des canons à neige artificielle!) - voyage en car

SEJOURS 15-18 ANS

ORCIERES (France)
pour les 15 - 18 ans (nés entre 1994 et 1997) du 31 mars au 8 avril 2012
SKI 742 EUR ==> 630 EUR
Voyage en car

VALMENIER (France)
pour les 15 - 18 ans (nés entre 1994 et 1997) du 7 au 15 avril 2012
SKI 742 EUR ==> 630 EUR
SNOWBOARD ==> 807 EUR => 685 EUR
(Enneigement assuré par des canons à neige artificielle!) - voyage en car.

* Des réductions sont accordées aux bénéficiaires de la franchise sociale (renseignements au 087/30.51.28)
ATTENTION : les inscriptions se prennent uniquement par écrit ! (talon ci-joint, fax ou courriel, Internet)

TALON RÉPONSE

DEMANDE D'INSCRIPTION À RENVoyer AU SERVICE VACANCES
RUE LAOUREUX, 25-29 À 4800 VERVIERS OU PAR FAX
AU 087/30 51 36 OU PAR COURRIEL À JEUNESSEETSANTE@MC.BE

Nom : _____
Prénom : _____
Lieu et date du séjour : _____

taille : _____ pointure : _____
prix du séjour : _____

OBLIGATOIRE : VIGNETTE DU PARTICIPANT

Pour Valmeinier Paques : ski snowboard
Niveau "ski" - "surf" : débutant moyen avancé

Adresse de contact si différente de la vignette :

Personne de contact : _____
Numéro de téléphone : _____ Numéro de gsm : _____
Adresse e-mail : _____

Bénéficiaire de la franchise sociale : oui / non
Signature _____



BANDAGISTERIE - MATÉRIEL D'AIDE & DE SOINS

Aérosol Omron pour enfant

Le lit médicalisé électrique répond aux besoins des patients dont l'état de santé nécessite le recours à un couchage adapté. Solival vous propose le lit électrique Gohy associant confort et grande fonctionnalité pour le patient et le personnel soignant.

//20 % DE REMISE//

Caractéristiques :

- Relève-buste et relève-jambes avec plicature réglable électriquement
- Sommier à lattes en bois de 90 x 200 cm
- Barrières coulissantes 2 barres bois
- Potence époxy Silver
- Hauteur de 40 à 80 cm
- 4 roues pivotantes avec frein
- Capacité maximale : 175 kg
- Motorisation : LINAK



Prix de vente habituel : 1.470 euros - + taxe récupel - remise de 20% accordée aux membres MC de la Province de Liège. Livraison et montage à domicile gratuit.

Plus d'infos et achat auprès des magasins Solival :
> Route du Condroz 475 à 4031 Angleur - 04/367.15.15.
> Kirchstraße 39B à 4700 Eupen - 087/88.17.15.
info@solival.net - www.solival.net



Offre valable jusqu'au 15 février 2012.

J&S

Devenir animateur J&S



///
Animer des enfants en plaine de jeux, à la mer, en montagne, à pied, à cheval, à vélo, à ski ?

Rencontrer d'autres jeunes, partager des moments d'ambiance hors du commun ?

Occupier ses vacances de manière active ? Tout est possible avec Jeunesse & Santé Verviers, le service jeunesse associé à la Mutualité chrétienne. Un mouvement à part entière de plus de 200 animateurs brevetés et bénévoles, qui s'investissent pour encadrer ces activités plus extraordinaires les unes que les autres, le tout dans une ambiance de folie.

La formation représente un atout personnel et professionnel. Chaque année pendant deux ans: une session de formation entre animateurs à Pâques ainsi qu'un stage en plaine de jeux pendant les vacances. Dès ta première année, tu es animateur à J&S.

Au terme de ta deuxième, tu reçois ton brevet d'animateur reconnu par la Communauté française.

Ton brevet sera valable dans les autres organisations de jeunesse belges et étrangères : Patro, scouts, guides, etc. Mais surtout, il sera un avantage certain à placer sur ton CV le jour venu.

Informations complémentaires

Jeunesse & Santé Verviers, service de jeunesse de la Mutualité chrétienne
rue Laoureux 25, 4800 Verviers Tél.: 087/30 51 69 - Fax : 087/30 51 36
E-Mail : jeunesseetsante@mc.be



Mutualité chrétienne de Verviers et d'Eupen

Rue Laoureux, 25-29 - 4800 Verviers
Editrice responsable :
Valérie Notelaers, Directrice régionale
Coordination : Laurence Lecoq
Tél. : 087/30 51 11 - Fax : 087/30 51 10

verviers@mc.be

Vous désirez recevoir nos conditions générales, une information complémentaire ? Contactez-nous : Service Vacances : 087/30.51.28 - jeunesseetsante@mc.be