

BIEN BOUGER

//NOUVEAU//

Je Cours Pour Ma Forme à Anderlecht

Vu le nombre de demandes, un groupe "objectif 5 km" s'ouvre dès le 28 mars au stade de Neerpede, avec le soutien du Service des Sports de la commune d'Anderlecht. L'activité est ouverte à tous. Alors, n'hésitez plus, rejoignez-nous ! Les entraînements auront lieu chaque mercredi de 18h30 à 19h30 jusqu'au 20 juin.

Plus d'infos : 02/501.55.19 ou infor.sante.bxl@mc.be  
www.jecourspourmaforme.be

ÇA SE PASSE

Spectacle "Entre toutes les femmes"

"Les Rencontres du Fanal" vous propose un récit-récital "Entre toutes les femmes" donné par Mannick et Gabriel Ringlet. Des temps de chansons et des temps de paroles vont alterner au cours de cet événement inédit. Avec des mots vibrants, ils épingleont les traversées de l'existence que sont la naissance, la rupture, la passion, la blessure, la célébration...

Date : le jeudi 26 avril à 20h  
Lieu : Centre Culturel, 47 rue Rouge à 1180 Uccle  
Prix : 12 EUR (6 EUR pour les étudiants) à verser sur le compte BE91 3101 6930 2876  
Infos et réservations : 02/343.28.15 ou lesrencontresdufanal@scarlet.be

**PROXIMITE SANTE**  
Matériel d'aide & de soins  
www.qualias.be

## Respirez ! Aérosol C28 de Omron

- Dernière technologie : s'adapte à votre respiration.
- Diffusion plus efficace du médicament dans les poumons par un débit réglable.
- Appareil compact et léger, facile à transporter.
- Garanti 3 ans.
- Kit complet.

90€ TTC → 75€ TTC

Gratuit : à l'achat d'un aérosol Omron C28, un masque bébé offert (valeur : 3,10 €).

Bruxelles 02/644 51 31 Rue Malibran, 49 1050 Ixelles

Offre valable du 1<sup>er</sup> au 30 avril 2012.

Gros plan sur

# La consultation chez le médecin généraliste conventionné à un euro pour les bas revenus !

Depuis le 1<sup>er</sup> décembre dernier, les patients bénéficiant de l'intervention majorée (BIM) ou du statut Omnio ne paient plus que le ticket modérateur (1) pour une consultation chez leur médecin généraliste. Le reste des honoraires est directement réglé avec la mutualité. Cette nouvelle mesure s'appelle le "tiers payant social".

**L'enquête de santé** la plus récente montre bien la nécessité de cette mesure. 14 % des Belges reporteraient des soins, faute de pouvoir payer directement les honoraires du médecin. Ce chiffre est pratiquement deux fois plus élevé (27%) dans les familles les plus pauvres.

**Pour qui ?**  
Les personnes visées par le tiers payant social sont :

- > les bénéficiaires de l'intervention majorée,
- > les bénéficiaires reconnus comme étant chômeur complet depuis au moins 6 mois ainsi que les personnes à leur charge,
- > les bénéficiaires ayant droit aux allocations familiales majorées ainsi que les personnes à leur charge,
- > les bénéficiaires ainsi que les personnes à leur charge à faibles revenus dont les revenus annuels bruts du ménage ne dépassent pas le montant de revenu d'intégration.

Si vous faites partie d'une des catégories ci-dessus et que vous disposez d'un dossier médical global, vous ne payerez plus qu'un euro lors d'une consultation chez un médecin généraliste conventionné (c'est-à-dire un médecin qui respecte l'accord médico-mutualiste et applique les tarifs officiels). Si vous ne disposez pas d'un dossier médical global (DMG, voir article ci-dessous), vous payerez 1,50 EUR. Le système est deux fois plus intéressant par rapport à avant.

**Comparons les situations.**

**Avant**  
Vous vous rendez au cabinet du médecin et vous payez la totalité de la consultation.  
Le médecin vous délivrait une attes-



tation que vous transmettiez à la mutualité. Ensuite, la mutualité versait votre remboursement sur votre compte.

**Maintenant**

Vous vous rendez au cabinet du médecin et vous ne payez plus que : 1 EUR (ou 1,50 sans DMG). Plus besoin de passer par la case "Mutualité".  
Attention, ce système s'applique uniquement pour les consultations chez le médecin généraliste conventionné. Il n'est pas d'application lors d'une visite du médecin à votre domicile.

**Que faut-il faire?**

Choisissez un médecin généraliste conventionné. Pour savoir si le vôtre applique les tarifs convenus dans l'accord médico-mutualiste, vous pouvez simplement le lui demander, vous informer auprès de votre conseiller mutualiste ou au 0800/10.9.8.7.

Faites-lui savoir que vous avez droit à l'intervention majorée (BIM) ou au statut Omnio; ils sont mentionnés sous forme de code sur la vignette jaune. Si, pour le premier code, le dernier chiffre est un 1, vous y avez droit. (exemple : 121/xxx)

Transmettez une vignette valable au médecin et demandez-lui pour votre consultation à son cabinet d'appliquer le régime du tiers payant. Payez-lui alors uniquement le ticket modérateur. Attention : s'il réalise certaines prestations techniques, il peut naturellement vous demander une somme plus élevée.

>> Pour plus d'infos, contactez votre conseiller mutualiste, appelez gratuitement le 0800/10.9.8.7 ou surfez sur [www.mc.be](http://www.mc.be)

(1) Différence entre le tarif officiel et le montant du remboursement

L'accès à ce système va permettre ainsi au patient de payer un maximum de 1 EUR pour les bénéficiaires de l'intervention majorée disposant d'un dossier médical global (DMG) ou 1,50 EUR pour les personnes sans DMG.

Le dossier médical global

## Un meilleur suivi de vos soins et des avantages financiers !

Le dossier médical global (DMG), véritable historique de votre santé, rassemble toutes les informations médicales vous concernant et permet ainsi à votre médecin généraliste de suivre pas à pas l'évolution de votre santé. Vos analyses médicales, hospitalisations, vaccinations et autres consultations de médecins spécialistes seront rassemblées chez lui.

Par ailleurs, le DMG permet de réduire vos quotes-parts personnelles lorsque vous consultez votre médecin généraliste. Il diminue de 30 % le montant du ticket modérateur (1)

payé pour une consultation au cabinet de votre médecin traitant, et d'un euro pour une visite à domicile. Pour les personnes reconnues malades chroniques ou âgées de 75 ans et plus, la réduction de 30 % s'applique aussi lors des visites à domicile.

**Les autres avantages du DMG**

En plus des remboursements majorés expliqués ci-dessus, le DMG offre une série d'autres avantages :  
> 2 EUR de réduction pour les affiliés BIM et 5 EUR de réduction pour les affiliés ordinaires pour une consultation chez un médecin spécialiste

prescrite par votre médecin traitant (une fois par an et par spécialité).

- > Remboursement intégral du supplément demandé pour les consultations entre 18h et 21h.
- > Une fois par an, remboursement intégral d'une consultation de prévention (à partir de 45 ans).

**Comment faire ?**

Demandez l'ouverture de votre dossier médical global à votre médecin traitant. Il vous en coûtera 28,57 EUR intégralement remboursés par la mutualité. Si vous êtes inscrit(e) dans une maison médicale, l'ouverture et

la prolongation annuelle d'un DMG se font automatiquement. Vous ne devez alors vous charger d'aucune formalité.

**Bon à savoir**

Le DMG implique que vous vous rendez toujours chez le médecin généraliste auprès duquel vous avez fait la demande. Il reste bien entendu possible de changer de médecin, mais sachez que ce changement ne sera effectif qu'au 1<sup>er</sup> janvier de l'année qui suit.



>> Pour plus d'infos, contactez votre conseiller mutualiste, appelez gratuitement le 0800/10.9.8.7 ou surfez sur [www.mc.be](http://www.mc.be)

(1) Différence entre le tarif officiel et le montant du remboursement

Maintien à domicile

## Garde à domicile, un métier méconnu... en recherche de reconnaissance



Garde-malade, infirmière à domicile, aide soignant, aide familiale, aide ménagère, dame de compagnie, garde à domicile... Tous ces termes, parfois employés les uns pour les autres, recouvrent pourtant des réalités différentes. Au-delà d'une question de terminologie, la reconnaissance à Bruxelles du métier de garde à domicile (GAD) comporte des enjeux humains et sociaux importants. Comme nous l'explique Anne Habets, directrice de Gammes, une asbl qui emploie, encadre et forme des gardes à domicile à Bruxelles.

### Ni une infirmière, ni une aide familiale

Parmi tous les métiers de l'aide à domicile, il n'est pas spécialement évident de distinguer qui fait quoi. Savez-vous par exemple qu'un garde à domicile peut assurer la prise des médicaments dûment préparés ou la toilette intime mais ne peut pas administrer de soins ? Ce n'est donc pas un infirmier à domicile.

Il peut réchauffer un plat et aider le bénéficiaire à manger, l'accompagner lors de sorties (promenades, coiffeur...) mais ne fait pas les courses ni les démarches administratives (pas de rôle éducatif). Ce n'est donc pas non plus une aide familiale. Mais le garde à domicile travaille en coordination avec les autres prestataires.

### Un relais privilégié

L'interaction avec les autres professionnels est primordiale pour offrir un service cohérent autour du bénéficiaire, centre de toutes les préoccupations. Le garde à domicile assure une présence active et veille à sa sécurité et son confort. Il le stimule au travers de ses activités quotidiennes afin de maintenir son autonomie.

### Pour qui ?

Peuvent bénéficier d'une garde à domicile les personnes adultes en réelle perte d'autonomie (démence, fin de vie, maladie invalidante, sortie d'hôpital, handicap...), sur base d'une attestation médicale.

Le GAD est spécifiquement formé pour aider des personnes aux pathologies évolutives (Alzheimer, Parkinson, sclérose...). Il peut prêter également la nuit, les week-ends et les jours fériés et ce, pour de longues prestations de minimum 3 heures.

Le GAD est là pour offrir du répit aux



aidants proches – ou pour les remplacer s'il intervient auprès de personnes très isolées – mais aussi pour les soins palliatifs.

### En recherche de reconnaissance

"Chez Gammes, les gardes à domicile reçoivent un encadrement ainsi qu'une formation continue solide. Ce métier est plus qu'une profession, c'est une vocation comme tous les métiers d'aide à la personne.

Mais tant qu'il ne sera pas reconnu par les pouvoirs publics, il y aura toujours des abus et des confusions : des personnes qui ne sont pas qualifiées,

travaillant en noir ou pratiquant des tarifs inaccessibles, par exemple.

Il est donc dans l'intérêt de tous et avant tout des bénéficiaires que le métier de garde à domicile soit reconnu, avec ses compétences spécifiques," explique Anne Habets.

**GAMMES asbl**  
Service de garde à domicile 24h/24 - 7j/7 à Bruxelles  
Rue de Crayer 2 à 1000 Bruxelles  
Tél : 02/537.27.02 - Fax : 02/538.82.49  
info@gammesasbl.be - www.gammesasbl.be

## Assurance complémentaire

### La prime d'aide à domicile

Les patients âgés de plus de 18 ans qui sont fortement dépendants bénéficient d'une allocation semestrielle de 75 euros pour le premier semestre et de 100 euros pour les semestres suivants.

### Comment en bénéficier ?

Il vous suffit de vous procurer un formulaire de demande d'allocation d'aide à domicile dans votre agence ou auprès du service social de la MC Saint-Michel. Faites-le ensuite compléter par votre médecin traitant et envoyez-le au médecin-conseil de la Mutualité Saint-Michel (boulevard Anspach 111-115 à 1000 Bruxelles) Plus d'infos auprès du service Social : 02/501.58.30 (entre 9h et 12h)

## Info Mutualité

# Horaire de vos agences à Pâques

Ce sont déjà les vacances de Pâques qui arrivent... Pour ne pas avoir de mauvaise surprise durant les congés, pensez à consulter les horaires d'ouverture de votre agence.

**ANDERLECHT, BRUXELLES, ETTERBEEK LA CHASSE, SCHAERBEEK ET UCLE :** ouvert du 2 au 5 et du 10 au 13 avril inclus

**JETTE ET WOLUWE-ST-PIERRE :** ouvert du 2 au 5 avril inclus

**LAEKEN :** ouvert du 10 au 13 avril inclus.

Attention : toutes les agences seront fermées le vendredi 6 avril ainsi que le 9 avril (lundi de Pâques), jour férié.

Les autres agences seront fermées durant les deux semaines de Pâques, du lundi 2 au vendredi 13 avril inclus.

### Service Pension

La permanence du service Pension n'aura pas lieu :  
à Uccle les lundis 2 et 9 avril ;  
à Schaerbeek les lundis 9 et 16 avril ;  
à Anderlecht le jeudi 5 avril ;  
à Bockstael les jeudis 5 et 12 avril ;  
à Etterbeek le vendredi 6 avril.

Les permanences de Schaerbeek et d'Uccle seront également fermées exceptionnellement le lundi 23 avril.

### Service Social

La permanence du service Social n'aura pas lieu :  
à Schaerbeek le jeudi 5 avril ;  
à Bockstael le jeudi 5 avril ;  
à Etterbeek le jeudi 12 avril.

La MC Saint-Michel reste à votre disposition par e-mail à l'adresse [st.michel@mc.be](mailto:st.michel@mc.be), par téléphone au 02 501 58 58 et en ligne sur [www.mc.be](http://www.mc.be). Bonnes vacances !

## UCP, MOUVEMENT SOCIAL DES AÎNÉS

### Cours d'informatique débutant pour les 50 et +



Apprenez à maîtriser un ordinateur avec des cours adaptés à votre rythme ! L'UCP, mouvement social des aînés vous invite à sa prochaine formation : Les premiers pas en informatique - Niveau "débutant"

Date : premier cours le mardi 27 mars

Horaires : de 13h30 à 15h30 (10 séances)

Animateur : Rita DOOMS

Lieu : Auberge numérique de Fobagra (rue de Jérusalem, 46 à Schaerbeek)

Prix : 50 EUR pour les membres MC et 60 EUR pour les non membres

Infos : 02/501.58.13 (de 9 h à 12 h) ou [ucp.bruxelles@mc.be](mailto:ucp.bruxelles@mc.be)

Remarque : ces cours ne sont pas destinés aux personnes dont le système d'exploitation du PC est Mac ou Linux. Uniquement Microsoft Windows XP, Vista ou 7, portable ou non.

## UCP - SPORTS SENIORS

### Découverte de la marche nordique



Le club de marche nordique "Les sentiers de traverse" a le plaisir d'organiser une session "découverte marche nordique".

Date : le vendredi 20 avril à 15h

Lieu : Parc de Bruxelles - rendez-vous devant la grande entrée en face du Palais royal

Prix : 8 EUR. Les bâtons de marche seront mis à votre disposition.



Infos et inscriptions : communiquez vos nom, prénom, adresse et e-mail à [lauwers-trosien@skynet.be](mailto:lauwers-trosien@skynet.be) ou au 02/512.50.39 et versez la somme de 8 EUR sur le compte de "Les sentiers de traverse" - IBAN : BE57 0688 8904 4635 - BIC : GKCCBEBB - en mentionnant le nom et prénom du participant et "Découverte marche nordique 2012".

Et pour ceux qui désirent poursuivre, une formation de base aura lieu durant 5 séances : le 27 avril et les 4, 11 et 25 mai à 15h au Parc de Bruxelles et le 1er juin à 15h au Parc de Tervuren (terminus tram 44).

## SÉJOURS 50 ANS ET +

### L'UCP-Bruxelles vous invite au voyage



» Séjour détente en toute liberté

Lieu : Spa

Dates : du 6 au 13 mai

Prix : 497 EUR pour les membres MC (467 EUR pour les BIM/Omnio)

Avantage : pas de supplément pour les chambres single

## SÉJOUR DE FORMATION ALTÉO

### La mémoire, outil de convivialité



Altéo organise un séjour de formation sur le thème de "La mémoire, outil de convivialité", à destination plus particulièrement des personnes confrontées à une maladie de longue durée, et de leur entourage familial. L'occasion de se former mais aussi de se rencontrer, d'échanger et de créer des liens.

En présence de Madame Henry la présidente de la Ligue Alzheimer Belgique et de Madame Speleers pour Aphasia (Fédération belge pour les aphasiques).

Dates : du vendredi 27 avril au vendredi 4 mai

Lieu : Domaine de Spa-Nivezé

Trajet en car avec élévateur

Prix : 370 EUR pour les membres Mc (525 EUR pour les non-membres) - supplément single : 110 EUR

Infos et inscriptions : 02/501.58.15 (de 9h à 12h30)

### Mutualité chrétienne Bruxelles

Mutualité Saint-Michel  
111-115, Bd Anspach 1000 Bruxelles  
Éditeur responsable : Ch. Kunsch  
Fax 02/501.58.38 - Tél. 02/501 51 99

**Tél. 02 501 58 58**