

Gros plan sur

Futurs et jeunes parents : la MC Liège à vos côtés !

La MC Liège vous accompagne tout au long de la grossesse et dès la naissance de votre bébé. Conseils personnalisés, infos pratiques, avantages... : prévenez-nous dès le début de la grossesse et recevez un cadeau qui accompagnera la future maman et bébé.

La MC vous accompagne

Devenir parents est, à chaque fois, une expérience unique dans la vie d'un couple, d'une famille.

La naissance d'un bébé implique des responsabilités nouvelles, un changement de statut, des démarches à entreprendre, une inquiétude face à la capacité à être de "bons" parents.

Protection de la maternité, droits et devoirs, repos de maternité, prime de naissance, location de matériel, congé parental ou d'allaitement, vaccination, assurances hospitalisation, soins 0-18 ans 100% remboursés... : nos conseillers mutualistes vous seront d'une aide précieuse pour vous accompagner dans vos démarches administra-



tives, vous renseigner et vous expliquer les différents avantages dont vous pouvez bénéficier grâce à votre assurance complémentaire.

Plus d'infos auprès de votre conseiller mutualiste ou sur www.mc.be



Rejoignez notre communauté de futurs et jeunes parents sur Facebook !

Retrouvez des conseils, concours, informations... en lien avec la naissance et les 1^{ers} mois de bébé sur www.facebook.com/naitreprenantsliege

Enceinte ? La MC vous offre votre coussin Doomoo et des conseils personnalisés !

Dès le 5^e mois de grossesse, la MC Liège vous offre un coussin pour un confort pendant la grossesse et un usage multiple à l'arrivée de bébé.



Rendez-vous sur www.mc.be/naissance-liege ou parlez-en à votre conseiller mutualiste.

Rempportez votre shooting photo !

Immortalisez votre grossesse ou les premiers moments avec bébé... Chaque mois, tentez de remporter un shooting photo !

Rendez-vous sur www.mc.be/naissance-liege



La MC Liège vous accompagne tout au long de la grossesse et dès la naissance de votre bébé.

De grands avantages pour les petits !

À la naissance de votre enfant et lorsqu'il grandit, la MC vous offre une multitude d'avantages et services grâce à votre assurance complémentaire.

Prime de naissance et adoption

350 euros pour chaque enfant.

Soins 0-18 ans : 100% remboursés

Remboursement de toutes les consultations* (généraliste, spécialiste, orthodontiste, kiné, infirmier) de votre enfant de 0 à 18 ans. Pour bénéficier de ces interventions, ouvrez gratuitement un dossier médical global (DMG). Avant le 1^{er} anniversaire de votre enfant, vous bénéficiez de l'avantage automatiquement !

L'Hospi solidaire, une assurance hospitalisation sans franchise et sans questionnaire médical

Grâce à l'Hospi solidaire :
- Le nouveau-né est couvert en cas d'hospitalisation dès sa naissance et jusqu'à 18 ans, sans franchise
- Accompagnement d'un parent dans la chambre : jusqu'à 15 euros par jour

- Intervention de 250 euros par cycle de fécondation in vitro
- Intervention de 150 euros en cas d'accouchement dans une maison de naissance ou à domicile

Garde d'enfants malades à domicile : 10 jours gratuits

Des professionnels de l'enfance et des soins à domicile prennent soin, chez vous, de votre enfant malade, entre 0 et 12 ans compris. Au-delà des 10 jours gratuits, coût forfaitaire de 12 euros par jour pour un nombre de jours illimité.

Séances de bébé nageur ou de remise en forme de la maman

35 euros/an pour les abonnements à un club sportif

Contraception

Intervention de maximum 40 euros par an, sans distinction d'âge, pour tout type de contraceptif masculin ou féminin. Intervention de 120 euros tous les trois ans pour un stérilet ou un implant contraceptif.

L'assurance complémentaire intervient également dans d'autres domaines tels le sevrage tabagique, la psychomotricité, la logopédie, l'orthodontie, les lunettes, la location ou la vente de matériel de puériculture, les



thérapies alternatives, la vaccination...

Plus d'infos ?

> auprès de votre conseiller mutualiste
> www.mc.be
> 0800 10 9 8 7 (du lundi au vendredi de 8h30 à 18h et le samedi de 9h à 13h)

* consultations aux tarifs officiels, hors suppléments.

Soirée futurs parents



La MC vous invite à une soirée dédiée aux futurs parents. Des professionnels (sage-femme, conseiller mutualiste...) répondront à vos questions autour de nombreux thèmes :

- préparation à l'accouchement, allaitement, rééducation périnatale...
- conseils pratiques, informations sur vos droits et remboursements, démarches administratives...

- conseils nécessaires pour choisir un siège auto adapté à votre enfant et l'utiliser de manière adéquate.

Date : mercredi 21 septembre de 18h30 à 21h30
Lieu : Cinéma Sauvenière (Espace inédit), place Xavier Neujean 12 à 4000 Liège
Inscrivez-vous sur www.mc.be/naissance-liege

Partenaire

L'Oasis familiale a 30 ans

La MC, c'est aussi un large réseau de partenaires qui lui permettent d'être proche de la population et de ses besoins : Aide & Soins à Domicile, centres de santé mentale, polycliniques, centres de planning familial... À Hannut, un accord de collaboration unit la MC et l'Oasis familiale ASBL qui fête cette année ses 30 ans d'existence.

En mai 1986, un groupe de personnes de la région de Hannut décide de se constituer en ASBL afin de mettre sur pied un ensemble de services d'aide aux familles en difficulté : école de devoirs, halte-accueil, rattrapage scolaire et animations de vacances seront les premières activités organisées dans la région par cette nouvelle association. Six ans plus tard, le centre de planning verra le jour à Hannut mais aussi à Waremme. Aujourd'hui, les locaux de Hannut accueillent également les consultations ONE et les bureaux de l'antenne locale de la Garderie des tout-petits (service d'accueillantes d'enfants conventionnées, créé à l'initiative de Vie Féminine).



La MC Liège intervient financièrement dans le coût des consultations psychologiques, conjugales et juridiques.

L'école des devoirs

Avec son équipe composée de salariés et de bénévoles, l'Oasis familiale accueille, chaque jour après l'école (jusqu'à 18h30), entre 60 et 80 enfants âgés de 3 à 14 ans. Ouverte à tous (y compris à l'enseignement spécial), l'école des devoirs a pour missions de soutenir l'enfant dans la réalisation de ses devoirs et l'apprentissage de ses leçons, de lui proposer une méthode de travail, de l'aider à exprimer ses difficultés, à développer sa confiance en lui, de susciter chez lui de l'intérêt et de la motivation en veillant à son épanouissement.

cueille des adultes, des adolescents, des enfants et des familles. À côté du travail de prévention, d'accueil ou thérapeutique, le centre de planning organise également de nombreuses animations pour des groupes de tous âges (en milieu scolaire ou non).

informations avec d'autres parents et des professionnels. Ces rencontres sont gratuites et ouvertes à tous les parents. Durant le temps de l'échange, les enfants sont accueillis gratuitement à la halte-accueil.

Matinées d'échange et cycle d'ateliers

Deux fois par an, l'Oasis familiale organise un cycle d'ateliers de préparation à la naissance destiné aux futurs parents. Les quatre séances sont gratuites et abordent des thématiques telles que l'accouchement, l'allaitement ou le retour à la maison. Lorsqu'on est parent, on est régulièrement face à de nouvelles questions (alimentation, éducation, développement des enfants...). Pour y voir plus clair, l'Oasis familiale ASBL propose des matinées à thème autour de la parentalité des 0-3 ans. Ces matinées sont l'occasion pour les parents de discuter et de partager des

Deux fois par an, l'Oasis familiale organise un cycle d'ateliers de préparation à la naissance destiné aux futurs parents.

Partenaire MC

Depuis janvier 2005, un accord de collaboration unit la MC Liège et l'Oasis familiale. La MC Liège intervient financièrement dans le coût des consultations psychologiques, conjugales et juridiques de ses membres en ordre d'assurance complémentaire (lire encart ci-dessous) et aide aussi l'ASBL à développer ses activités, notamment son action en matière de promotion de la santé.

// ST. BOUTON

Infos : 019/51.17.71 (école des devoirs et halte-accueil) 019/51.11.10 (centre de planning familial)

Baby-papote

La halte-accueil "Baby-papote" est ouverte du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et peut accueillir jusqu'à 12 enfants de 0 à 3 ans par matinée. Elle permet aux parents d'avoir une activité sans leur bébé et aux petits de rencontrer d'autres enfants, de se préparer à l'école maternelle et de s'habituer à se séparer de papa ou maman. Une collaboration existe avec l'ONE qui tient une permanence dans le même bâtiment.

Planning familial

Le centre de planning familial rassemble médecins, psychologues, juristes et assistants sociaux. Il ac-

Centres de planning familial : 6 euros/consultation

Grâce à votre assurance complémentaire, la MC Liège vous rembourse un montant de 6 euros par consultation (psychologique, juridique, sexologique ou de médiation familiale) effectuée dans les centres de planning familial suivants :

- > Le "37" rue Saint-Gilles 29 à 4000 Liège • 04/223.77.89 • www.le37.be
- > Estelle Mazy rue de la Cathédrale 94 à 4000 Liège rue Porte de Lorette 1 à 4600 Visé (Antenne R&M pour les moins de 25 ans) 04/223.51.20 • www.estellemazy.com
- > L'Oasis familiale chaussée de Wavre 22B à 4280 Hannut • 019/51.11.10 avenue E. Leburton 20A à 4300 Waremme • 019/33.22.39 www.oasis-familiale.com
- > Planning familial Ourthe-Ambrière place Marcellis 12 à 4920 Aywaille • 04/384.66.99 www.planning-aywaille.be



POINTS DE CONTACT

Durant les mois de juillet et août, les heures d'ouverture de certaines agences seront modifiées.

/// Renseignez-vous sur ces nouveaux horaires auprès de votre conseiller mutualiste, sur notre site www.mc.be ou en composant le numéro gratuit 0800 10 9 8 7. Votre courrier sera relevé et traité comme d'habitude. Vous trouverez la liste de l'ensemble des boîtes aux lettres vertes que vous pouvez utiliser pour déposer vos documents (pas d'affranchissement) sur notre site. N'oubliez pas de tenir compte des deux conseils qui suivent : > identifiez tous les documents au moyen des vignettes jaunes de la personne bénéficiaire des soins ; > ne déposez jamais de certificat médical original d'arrêt de travail dans ces boîtes car il doit obligatoirement être envoyé au médecin conseil par voie postale (le cachet de la poste faisant foi).

ÇA SE PASSE

Stage de confiance en soi pour ados

/// Avoir confiance en soi, augmenter son estime de soi... cela s'apprend et se pratique. Le Centre de planning familial Estelle Mazy (Antenne R&M) propose aux adolescents un stage en petit groupe (12 jeunes maximum) encadré par une psychologue et une assistante sociale. Au programme : découverte de soi, réflexion, défis sportifs pour apprendre à se dépasser, exercices pratiques d'estime de soi, détente.

Date : du 25 au 29 juillet de 9h à 16h (garderie gratuite dès 8h30 et jusqu'à 16h30)
Lieu : Maison des associations, rue au Flot 1 à Richelle
Prix : 50 EUR - 30 EUR pour les membres MC
Infos et inscriptions : 0486/66.32.74 • retm@estellemazy.com

BANDAGISTERIE • MATÉRIEL D'AIDE & DE SOINS



Fauteuil électrique

Les magasins Qualias vous proposent 15% de réduction sur le fauteuil électrique Zinger.

Le fauteuil roulant motorisé Zinger est une toute nouvelle invention brevetée. Léger et compact, vous l'emmenerez partout. Il bénéficie d'un système de pilotage révolutionnaire : 2 leviers de direction de chaque côté du fauteuil permettent une conduite maniable pour diriger, avancer, reculer et freiner, il est facile d'utilisation.

Caractéristiques :

- Poids : 18 kg
- Autonomie maximale : 10 km
- Vitesse maximale : 9,5 km/h
- Charge maximale : 120 kg
- Rayon de braquage : 71 cm
- Se déplie et se replie en 3 secondes



Journées d'essai le 28 juin dans le magasin Qualias d'Angleur (Sart-Tilman) et le 29 juin dans le magasin d'Eupen.

Prix de vente habituel : 2490 euros.

15% de remise

Remise de 15% pour les membres MC de la Province de Liège.

INFOS ET ACHAT AUPRÈS DES MAGASINS QUALIAS :

- Rue du Méry 1 à 4000 Liège - 04/221.18.15.
- Route du Condroz 475 à 4031 Angleur - 04/367.15.15.
- Rue Mitoyenne 910 à 4710 Eupen (Lontzen) 087/88.17.15.

WWW.QUALIAS-LGVE.BE



Offre valable jusqu'au 31 août 2016.

Mutualité chrétienne de Liège
38 Place du XX Août à 4000 Liège
Éditeur responsable : Michel Halin
Coordnatrice Presse et Médias : Stéphanie Bouton
Tél. : 04/230.16.57 - Service Communication-Marketing

E-mail : enmarche.liege@mc.be

Une erreur dans votre adresse postale ? Signalez-le via www.mc.be/journal ou auprès du 0800 10 9 8 7