n°53
Trimestriel
Avril 2023
N° agrément :
P911315

L'essentiel

Mutualité Socialiste du Luxembourg

bpost
PB-PP | B-04596
BELGIE(N)-BELGIQUE

MEILLEURE MUTUALITÉ FRANCOPHONE
SELON UN SONDAGE
TEST ACHATS

La Mutualité Socialiste du Luxembourg

L'ASPH et les FPS Luxembourg deviennent ASSILux

Page 6

Sommaire

SANTÉ . . . . . 3 - 4 - 5

Ces insectes qui s'invitent à la fête

PROTÉGER . . . . . 6 - 7

L'ASPH et les FPS Luxembourg deviennent ASSILux

DÉFENDRE . . . . . 8 - 9

Les acteurs du suivi médical de l'incapacité de travail

Le statut de cohabitant nuit gravement à la condition de la femme

CONSEILLER . . . . . 10 - 11

L'affection post-Covid

Conséquences du non-paiement des cotisations de l'assurance complémentaire

INFORMER . . . . . 12 - 13

Vacances Jeunes
Escapades
Initiation smartphones
Drive mut
Conduite défensive préventive
Après-midi cinéma
Formation volontaire
Repas dans le noir
Marches inclusives

ÇA S'EST PASSÉ 14

Babydays et salon du mariage

Formation à l'animation en centres de vacances

Porte ouverte chez Optique Point de Mire à Virton

ACCOMPAGNER 15

P®ause syndicale

Editorial

LA QUALITÉ DES SOINS ? ENJEU MAJEUR…

L'ADN de la Mutualité Socialiste comprend le combat continu pour l'accessibilité à des soins de santé de qualité à des coûts supportables pour l'ensemble de notre population. Cela a commencé dans l'histoire par la création de caisses sociales, futures mutualités, puis au lendemain de la deuxième guerre par la construction progressive d'une assurance maladie obligatoire, ici et là, par l'édification d'hôpitaux qui ont contribué à l'histoire sociale de bassins ouvriers en Wallonie, l'assurabilité des citoyens et l'harmonisation des statuts...

Aujourd'hui, dans une situation globale de pléthore en institutions de soins en Belgique, l'infrastructure hospitalière de la province de Luxembourg est à un carrefour de son histoire. L'évolution technologique spectaculaire de la médecine ainsi que parallèlement de son coût compromettent l'accessibilité à cette qualité des soins. Il en est de même aussi au niveau de l'impact de l'industrie pharmaceutique sur le prix des médicaments et de leur remboursement par la sécurité sociale. La mutualité socialiste est d'ailleurs depuis quelques temps en campagne sur les prix prohibitifs des médicaments en Belgique.

Notre petit pays fait face à cette évolution en conditionnant notamment l'intervention de la sécurité sociale à des critères de plus en plus sévères et restrictifs, de manière à contenir son budget, ce qui débouche ainsi, par exemple, sur la notion d'agrément de services hospitaliers en médecine de pointe, agréments soumis souvent à une condition minimale de volume d'activités.

Il est clair dès lors que le projet Vivalia 2025 est une nécessité pour la population luxembourgeoise, sans quoi les soins spécifiques de haute technologie ne seront plus accessibles que hors province, nos trois pôles hospitaliers d'aujourd'hui ne rassemblant pas le volume d'activité critique pour accéder à ces agréments hyperspécialisés. Ceci provoquera également la fuite du meilleur de nos ressources humaines médicales vers ces plateaux techniques hors province, ce qui transformera progressivement la province en désert médical, ce qu'elle est déjà presqu'aujourd'hui vu les pénuries criantes qui touchent certaines disciplines médicales en Luxembourg, allongeant d'autant les listes d'attente et mettant en péril l'accès aux soins.

La Mutualité Socialiste soutient résolument le projet Vivalia 2025, dans l'intérêt premier du patient luxembourgeois et j'incite chacun de nos affiliés à s'engager personnellement dans ce combat pour le maintien de la qualité des soins en Luxembourg, bien au-delà des intérêts particuliers ou sous régionaux partisans, comportements d'arrière garde totalement dépassés et surtout peu soucieux de l'intérêt collectif de la population.

Portez-vous bien !

Dr Jacques Devillers,
Secrétaire de la Mutualité Socialiste du Luxembourg

Rédaction : Alicia Angé, Cécile Artus, Fabrice Clément, Candy Minnen, Savina Marée, Aurélie Sondag et Nicolas Vangampelaere.
Éditeur responsable : Dr Jacques Devillers – Place de la Mutualité, 1 à 6870 Saint-Hubert

Ce document n'a qu'une valeur informative. L'éditeur ne peut être tenu responsable d'éventuelles erreurs.

Ces insectes qui s'invitent à la fête

Barbecues, promenades dans les champs, sorties à vélo, repas en terrasse… Ca y est, le printemps est à nos portes. Alors que nous ressortons doucement les t-shirts et les shorts, certains s'invitent à la fête sans y avoir été conviés : les insectes et leurs piqûres. Mais alors, comment les prévenir et quand s'en inquiéter ?

Toutes les morsures ou piqûres d'insecte peuvent provoquer une réaction locale comme une rougeur ou une démangeaison. Certains insectes mordent pour se nourrir de notre sang, tandis que les autres piquent pour se défendre. Au moment de la piqûre, la salive de l'insecte ou son venin est injecté dans notre peau. Ces substances sont alors considérées comme des substances étrangères par notre corps et déclenchent une réaction du système immunitaire. C'est ce qui cause de l'inflammation. L'impact des piqûres dépend de la personne, de l'insecte et de la quantité de venin injectée.

La plupart des gens réagissent après une piqûre. Les symptômes classiques sont un petit bouton rouge (prenez comme référence une pièce de deux euros), enflé et accompagné de démangeaisons. Cette réaction dure généralement 1 ou 2 jours voire un peu plus longtemps pour les personnes plus sensibles.

Comment reconnaitre quel insecte a piqué ?

Les guêpes, les frelons, les abeilles et les bourdons font partie de la même famille : les hyménoptères (insectes à deux paires d'ailes membraneuses). Leur venin est toxique et pourvoyeur d'allergies :

- Piqûre de guêpe : une douleur locale et vive apparait instantanément et entraîne des symptômes classiques autour de la zone piquée. La guêpe peut piquer plusieurs fois et ne perd pas son dard dans la peau.
- Piqûre d'abeille : ce sont sensiblement les mêmes symptômes mais contrairement à la guêpe, l'abeille ne peut piquer qu'une seule fois car elle laisse son aiguillon à venin dans la peau.
- Piqûre de frelon : la réaction locale est souvent plus importante car le frelon possède un dard plus long qui lui permet d'injecter plus de venin.
- Piqûre de bourdon : ces insectes ne sont pas naturellement agressifs et piquent seulement lorsqu'ils se sentent très menacés. Une douleur est accompagnée des symptômes classiques.

Autres insectes et arachnides (de la famille des araignées) :

- Morsure ou piqûre de moustique : les symptômes classiques apparaissent peu de temps après la piqure et entrainent souvent des démangeaisons.
- Morsure ou piqûre de taon : la zone touchée est rouge, enflée et très douloureuse. La piqure est longue à guérir et s'infecte facilement.

- Morsure de tique : petit point noir inhabituel sur la peau, il n'est pas douloureux.
- Piqûre d'aoûtat : comme la tique, l'aoûtat s'accroche à la peau. Elle nous injecte sa salive, qui contient des substances provoquant des petits boutons rouges et boursouflés alignés ou en cercle, puis des démangeaisons importantes, pouvant persister une semaine.

Les bons réflexes en cas de piqûre :

- Retirez le dard s'il y a lieu (en le poussant vers le haut avec le bord d'un couteau non tranchant et/ou une pince à épiler désinfectée) mais attention à ne pas presser le sac à venin et à ne pas casser l'aiguillon sous la peau ;
- Retirez rapidement la tique s'il y a lieu, grâce à une pince à tique en faisant bien attention de ne pas laisser la tête dans la peau. N'essayez surtout pas d'anesthésier la tique avec de l'alcool ou de l'éther, cela augmente le risque de transmission de maladie ;
- Nettoyez à l'eau et au savon rapidement ou appliquez une solution antiseptique ;
- Appliquez du froid pour diminuer la douleur et le gonflement ;
- Ne grattez pas au risque d'aggraver les démangeaisons, de provoquer une infection ou de la propager ;
- Si de petites vésicules font leur apparition, évitez de les percer pour ne pas augmenter le risque que la piqûre s'infecte ;
- Surveillez l'endroit de la piqûre pendant plusieurs jours (voire plusieurs semaines pour les tiques).

Cependant, de temps en temps, une morsure ou une piqûre peut être dangereuse. En effet, les insectes peuvent être porteurs d'une maladie et nous la transmettre. C'est ainsi que les tiques peuvent être infectées par la bactérie Borrelia et, de ce fait, transmettre la maladie de Lyme. Dans ce cas, d'autres symptômes peuvent également apparaître, tels que des maux de tête et des douleurs dans les membres. Si la maladie de Lyme se développe, elle peut se présenter selon différentes manifestations touchant la peau, les articulations ou le système nerveux.

Consultez votre médecin traitant en cas de question ou si vous n'avez pas réussi à retirer la tique entièrement.

Evolution de la maladie de Lyme

Après une morsure de tique, le risque de développer la maladie de Lyme est d'environ 1 à 2 %.

La première phase (la plus fréquente dans 60 à 80% des cas) est caractérisée par des symptômes cutanés locaux. L'éruption cutanée, ou érythème migrant, s'étend ensuite progressivement à partir de l'endroit de la morsure vers l'extérieur et le centre s'éclaircit progressivement pour retrouver sa couleur normale. L'érythème migrant n'est pas douloureux mais peut provoquer de légères démangeaisons et disparait spontanément en quelques semaines. Il peut aussi passer inaperçu. L'éruption cutanée peut être très étendue, pouvant atteindre plus de 20 centimètres de diamètre. Des symptômes grippaux tels qu'une fièvre modérée, de la fatigue, des douleurs musculaires et des maux de tête peuvent être associés à l'érythème migrant.

D'autres manifestations peuvent apparaître des mois voire des années après une morsure, même en l'absence d'un érythème migrant préalable.

La maladie de Lyme peut être traitée de manière efficace avec des antibiotiques prescrits par un médecin si elle est diagnostiquée à temps.

Si l'infection n'est pas traitée, la bactérie peut se disperser dans le corps et toucher différents organes: la peau, les articulations, le système nerveux, le cœur etc.

Réaction allergique

Une piqûre d'abeille, de guêpe ou de bourdon ne transmet pas de maladie, mais peut provoquer une réaction allergique grave et parfois mortelle (anaphylaxie dit aussi choc anaphylactique ou œdème de Quincke).

Nous estimons de ce fait à 2% le risque d'allergie suite à une piqûre d'insecte. Dans ce cas, la réaction est systémique, à distance de l'injection et peut provoquer de l'urticaire, une crise d'asthme sévère, une perte de connaissance, un choc anaphylactique comportant un risque vital. L'œdème de Quincke peut être associé à un choc anaphylactique mais il peut aussi y avoir un tel choc sans œdème de Quincke. Ce sont deux choses distinctes.

Le choc anaphylactique est la réaction allergique la plus violente, elle peut aller jusqu'à engager le pronostic vital. Des symptômes tels qu'une respiration sifflante, des nausées, vomissements et crampes abdominales doivent alerter l'entourage qui doit immédiatement appeler le 112. Consultez également un médecin si vous avez été piqué plusieurs fois ou vous avez été piqué dans le nez, la bouche, la gorge, la langue ou le cou par une abeille, une guêpe ou un bourdon.

Dans le cas de l'œdème de Quincke, les principaux symptômes sont un gonflement de la peau et des muqueuses, au niveau de la zone affectée. L'œdème apparaît généralement progressivement. Il touche particulièrement : les mains, les pieds, le contour des yeux, les lèvres, la langue, ou encore les parties génitales. L'apparition de boutons (voire de plaques de boutons), l'urticaire, peut également s'y apparenter, au bout de quelques jours.

Il s'agit d'une urgence si la réaction allergique se traduit par une gêne respiratoire. Toute personne qui se sait allergique aux piqûres d'insectes doit garder à portée de main le matériel permettant de se faire une injection d'adrénaline. Il est recommandé d'avoir une note d'avertissement sur vous (dans votre portefeuille, par exemple) pour que les personnes présentes puissent mieux évaluer ce qu'elles doivent faire si vous veniez à perdre connaissance. Il est également possible de procéder à une désensibilisation au produit (venin ou salive) qui provoque la réaction allergique : cette méthode est longue (plusieurs mois avec des injections par voie sous-cutanée de doses croissantes), mais souvent efficace. Elle doit évidemment se prévoir longtemps à l'avance. L'indication d'une désensibilisation est posée par un allergologue sur base de tests cutanés et sanguins si le pronostic vital a été mis en jeu. Le traitement est effectué par un médecin en milieu hospitalier.

Vous disposez d'un véhicule, de temps et vous aimez conduire ?
Alors vous êtes sans aucun doute la personne que nous recherchons...

En tant que chauffeur vous accompagnez, de façon régulière ou ponctuelle, des personnes pour leurs déplacements médicaux avec votre véhicule.

L'horaire des prestations est fixé selon les besoins et en fonction de vos disponibilités.

Vous percevez un remboursement de vos frais sur base de déclarations mensuelles. Les frais de déplacements sont calculés en considérant votre domicile comme point de départ et d'arrivée. Des assurances spécifiques sont prévues pour l'exercice de cette activité.

Plus d'informations ?

061 61 31 50

Centrale de Services
à Domicile
en Luxembourg

Avenue Nestor Martin, 59
6870 Saint-Hubert

Vous pouvez nous envoyer une lettre de motivation par courrier (Avenue Nestor Martin 59 – 6870 Saint-Hubert) ou par E-mail (csd.lux@mutsoc.be).
Une entrevue vous sera proposée afin de fixer les bases de la collaboration.

Comment se protéger des piqures ?

- Utilisez un répulsif contre les moustiques (attention aux enfants, femmes enceintes et allaitantes),
- Evitez de mettre du parfum ou de la crème solaire parfumée,
- Evitez de porter des vêtements de couleur trop lumineuse pouvant ressembler à celles des fleurs,
- Couvrez-vous de vêtements légers et longs lorsque vous vous baladez dans les bois ou les herbes hautes,
- Après la balade, inspectez minutieusement vos aisselles, vos aines et votre cuir chevelu,
- Évitez les boissons et friandises sucrées qui attirent les butineurs,
- Si un insecte tourne autour de vous, restez calme. Évitez les gestes brusques et les mouvements désordonnés, repoussez-le doucement.
- Faites attention lorsque vous buvez dans une cannette déjà ouverte,
- Ne vous promenez pas pieds nus dans l'herbe,
- Séchez-vous directement après une baignade, les taons adorent l'humidité,
- Éloignez les sources d'eau stagnante comme les bacs à fleurs ou récipients d'eau.

Le plus de votre mutualité

LES PLUS de votre mutualité !

En cas d'allergie, grâce à votre assurance complémentaire, vous bénéficiez des remboursements suivants.

- **Dépistage :** remboursement du ticket modérateur (maximum 50€/an) pour les examens de recherche des allergènes et les consultations au cours desquelles cette recherche est réalisée.
- **Désensibilisation :** intervention de 50€/an pour les traitements annuels ou pluriannuels (3 ans).

L'ASPH et les FPS Luxembourg deviennent ASSILux

Ce 18 janvier 2023, les Femmes Prévoyantes Socialistes (FPS) et l'Association Socialiste de la Personne Handicapée (ASPH) se sont unies pour devenir l'Association Socialiste pour la Santé et l'Inclusion en Luxembourg. Son acronyme A.S.S.I.Lux lui confère son nom de scène : ASSILux.

Ce changement de structure et de nom est le fruit d'une réflexion menée au sein de nos 2 associations. Cependant, nos valeurs, nos missions, nos actions et notre idéal de société… Rien ne change !

ASSILux s'inscrit dans la continuité de l'histoire des 2 associations fondatrices : un mouvement mutualiste de gauche, Partenaire de la Mutualité Socialiste du Luxembourg, qui s'empare des défis de la société en matière de santé de la population et de la condition des personnes en situation de handicap. Ce nom exprime notre engagement pour une société plus solidaire et plus inclusive. Il témoigne également d'un ancrage sur le territoire provincial luxembourgeois.

Si notre nom change, nos valeurs restent profondément inscrites dans notre identité. Au quotidien, nous militons et menons des actions de proximité compte tenu des évolutions de notre société et de nos publics, toujours plus larges. Nous sommes, plus que jamais, une association incarnant des valeurs progressistes.

Rencontre avec Mireille Martinet, vice-présidente et Raymond Philippart, président d'ASSILux.

L'essentiel : Quels sont vos parcours respectifs au sein des Partenaires de la mutualité ?

Raymond Philippart : J'ai créé la section locale de l'ASPH à Vielsalm en 1998, je suis devenu président de l'ASPH Luxembourg en 2014. Au niveau de la mutualité et de la CSD, je suis également membre du conseil d'administration et de l'assemblée générale.

Mireille Martinet : A la suite du départ de Paulette Dechamps, j'ai repris le mandat à la présidence des FPS et je suis restée en fonction pendant la période covid. Je suis également présidente chez Au fil des jours et administratrice à la mutualité et à la CSD. A l'époque, j'avais fait la formation d'accompagnateurs et j'accompagne régulièrement les séjours papy-mamy, les escapades et autres.

L'essentiel : « Nommer, c'est faire exister » disait Jean-Paul Sartre. Quel est votre avis sur le nouveau nom ?

Raymond Philippart : A travers le nouveau nom, nous avons voulu reprendre le volet de la « santé » représenté par les FPS et de l' « inclusion » représentée par l'ASPH. Le terme « inclusion » est plus adapté car la personne en situation de handicap doit être considérée comme une personne à part entière. Il était également important de garder la connotation socialiste et d'affirmer notre identité territoriale.

Mireille Martinet : Avec le nouveau nom ASSILux, nous voulons faire passer le message de la santé (S) et de l'inclusion (I) tout en restant fidèles aux valeurs du socialisme (S) et à notre belle province (Lux).

L'essentiel : craignez-vous que certaines personnes soient réfractaires au changement de nom ?

Raymond Philippart : Le changement est dans l'air du temps. Il faudra peut-être un certain temps pour que les gens s'habituent. Au niveau de l'ASPH, le nom a déjà changé 4 fois sur une période de 100 ans donc je ne vois pas vraiment de réticence de ce côté !

Mireille Martinet : Il est difficile de plaire à tous. J'espère qu'avec le temps, nos affiliés comprendront que nous avons voulu inclure la santé et l'inclusion au sein d'un même projet.

L'essentiel : Que pensez-vous également du nouveau logo ?

Raymond Philippart : Mireille et moi avons choisi le logo parmi 6 versions présentées. J'ai fait ajouter un œil dans le coin supérieur pour faire penser aux personnes malvoyantes. Cette version me tenait à cœur vu que ma compagne est elle-même malvoyante.

Mireille Martinet : Le logo est une belle réussite. Il parvient à faire comprendre la problématique de la santé et du handicap dans son sigle. Je tiens à en remercier les concepteurs.

L'essentiel : Selon vous, est-ce qu'il y aura de nouveaux challenges pour ASSILux en matière de santé et d'inclusion ?

Raymond Philippart : Il y a déjà pas mal de tâches à mener actuellement. Je pense particulièrement à concrétiser le projet « Label Handicity ». Il est aussi nécessaire d'aider les sections locales, les soutenir dans leurs actions sur le terrain. Il faut développer le plus possible les initiatives et ateliers pour les nouvelles technologies. Il est aussi important d'aborder les thématiques dans le domaine de la santé. Enfin, n'oublions pas la jeunesse en proposant Drive Mut et Vacances Jeunes.

Mireille Martinet : Notre premier défi sera de nous faire connaître en étant présents sur le terrain. Il faudra comprendre et répondre aux besoins et demandes. Il faut s'inscrire dans des projets collectifs comme, par exemple, la semaine du diabète.

L'essentiel : Comment décririez- vous votre vision de l'avenir pour ASSILux ?

Raymond Philippart : J'aimerais rester le plus longtemps possible à la présidence, je sais que l'équipe est composée de personnes qui travaillent de manière complémentaire.

Mireille Martinet : Malgré la crise et la morosité ambiante, je souhaite que la fusion FPS et ASPH nous apporte une plus grande visibilité et nous permette d'apporter soutien, écoute et empathie.

L'essentiel : Un dernier mot ou souhait pour l'équipe d'ASSILux ?

Raymond Philippart : Félicitations pour le travail réalisé ! La mutualité peut être fière de vous et je suis certain que cela continuera dans l'avenir.

Mireille Martinet : Pour l'équipe ASSILux, je souhaite une nouvelle dynamique mais, également, un renforcement de l'entente qui existait déjà auparavant entre les deux ASBL.

Pour connaitre l'ensemble des activités d'ASSILux, rendez-vous sur le site mslux.be/partenaires/assilux

Le mot de la Secrétaire

L'objectif de la fusion de nos deux ASBL est de rassembler les forces et de travailler dans un objectif global de promotion et de prévention à la santé tout en ayant le désir d'inclure les personnes en situation de handicap dans une majorité d'activités proposées. Actuellement, nos actions d'inclusion sont principalement orientées dans le domaine de la culture et du loisir.

Notre nouveau logo représentant un cœur et deux personnes qui se font face en tendant les bras l'une vers l'autre, incarne vraiment les domaines principaux d'ASSILux qui sont la santé et l'inclusion et montre toute la symbolique de la vie et de la santé. C'est un logo qui se veut optimiste et inclusif. Il a d'ailleurs été « validé » par un organisme spécialisé en communication inclusive.

Grâce à notre nouvelle équipe soudée, motivée et expérimentée, nous désirons également dans le futur prévoir des partenariats et favoriser le travail en réseau dans le but de fédérer les forces existantes pour renforcer l'action associative pour la santé et l'inclusion en Luxembourg. Il ne faut donc pas hésiter à nous contacter si vous avez des projets qui pourraient se réaliser en partenariat, nous prendrons le soin d'analyser, ensemble, les possibilités de mise en œuvre.

Pour nous accompagner dans nos projets, nous pourrons également compter sur l'aide de nos volontaires issus des anciens comités locaux et dont certains membres se sont montrés enthousiastes à proposer leur temps et leurs compétences.

C'est tous ensemble dans ce nouveau projet que nous allons œuvrer, par des actions de sensibilisation, d'inclusion ou d'éducation à la santé, à ce qu'au sein de notre société qui est diversifiée, toutes les personnes soient capables de participer à la vie en société dans les domaines de la santé ou autres. Et notamment les personnes en situation de handicap, pour qu'elles puissent participer pleinement à la vie sportive et culturelle, ainsi qu'aux activités récréatives et de loisirs que nous pouvons proposer à notre public.

Laurence Delacollette,
Secrétaire ASSILux

Les acteurs du suivi médical de l'incapacité de travail

Une fois la période de salaire garanti dépassée, que vous soyez employé ou ouvrier, en cas de maladie ou d'accident, vous serez amené à rencontrer plusieurs médecins pendant votre incapacité de travail. Chacun d'entre eux joue un rôle particulier, selon les situations, dont le cadre est défini dans les textes de loi, les règlements du travail ou encore les contrats d'assurance.

C'est parfois un vrai casse-tête de comprendre à qui l'on a à faire, quel est le rôle du médecin qui convoque et ce que signifie son évaluation souvent traduite en pourcentages. Analysons ensemble les différents acteurs et leur rôle afin d'y voir plus clair.

Le médecin traitant

Qu'il soit votre généraliste, un spécialiste ou le médecin de garde, sans lui pas d'incapacité de travail avec indemnités de remplacement dispensées par votre mutualité car il est le seul à pouvoir rédiger l'indispensable certificat médical.

Leur intervention est capitale, étant en première ligne pour constater que l'état de santé de leur patient les empêche de poursuivre temporairement ou définitivement leur métier ou de répondre aux offres d'emploi pour le Forem.

Pour la mutualité, il faut fournir des certificats, à chaque prolongation, pendant la première année de l'incapacité. Pour l'employeur, il faut fournir des certificats pendant toute la durée d'une incapacité de travail, ainsi qu'à l'assureur en cas d'accident du travail.

Attention que les certificats doivent répondre à des critères légaux et comporter notamment : le diagnostic ou les troubles qui causent l'incapacité, la date de début et de fin de la période, le nom du bénéficiaire et les coordonnées du médecin prescripteur avec sa signature datée.

Le médecin « contrôle »

L'employeur est susceptible de faire contrôler le travailleur afin de s'assurer de la réalité de l'incapacité, et ce par un médecin de son choix qui évaluera la situation médicale à domicile ou à son cabinet. Cette procédure peut être prévue dans le règlement de travail de l'entreprise. Le médecin contrôle valide ou non l'incapacité lorsqu'il rencontre le travailleur mais tient secrètes les données médicales vis-à-vis de l'employeur.

Généralement, cette procédure concerne les débuts de l'incapacité de travail, lors de la période de salaire garanti pendant laquelle l'employeur indemnise lui-même le travailleur. Au-delà de cette période (14 jours chez l'ouvrier, 30 jours chez l'employé), c'est la mutualité qui indemnise le travailleur

Le médecin conseil de la mutualité

C'est un médecin dédicacé généralement à cette seule fonction. Il est assermenté et agréé par l'INAMI. Certains d'entre eux ont également une formation complémentaire en expertise.

Par rapport à son employeur (la mutualité dans laquelle il travaille et l'INAMI), il jouit d'une totale liberté d'évaluation dans ses diverses missions mais doit évidemment respecter les textes légaux et circulaires qui s'appliquent à ses différentes fonctions.

Pour faire son travail, le médecin conseil doit nécessairement disposer de tous les éléments médicaux qui expliquent la situation : protocoles des examens, rapports des spécialistes, avis du médecin traitant… il ne peut en disposer que si l'assuré les lui transmet car le médecin conseil n'a aucun droit d'accès au dossier médical du patient, notamment sur le Réseau Santé Wallon (RSW).

Cependant, une fois ces éléments obtenus, il reste strictement tenu au secret médical vis-à-vis de tiers et de l'employeur. Les quelques employés administratifs qui l'aident dans la gestion des dossiers le sont également.

Dans le cadre de l'incapacité, suite à son évaluation, lorsque le médecin conseil estime que l'indemnisation doit être accordée parce que l'état dans lequel se trouve l'assuré répond aux critères de l'article de loi, il communique et défend ses décisions à l'INAMI par le biais d'un dossier argumenté. Le travailleur en incapacité n'a pas le choix du médecin conseil mais tous doivent effectuer leur mission dans le respect du malade et de l'éthique médicale.

Le médecin conseil d'assurance

Les assureurs font appel à des médecins privés à qui ils confient des missions en rapport avec le contrat d'assurance concerné par le certificat d'incapacité.

S'il s'agit d'un accident du travail ou sur le chemin du travail, il s'agira souvent de confirmer que l'événement correspond bien à un accident du travail, d'en suivre l'évolution et de statuer sur les séquelles lorsque la situation sera suffisamment stabilisée. L'employeur est obligé de souscrire un contrat d'assurance auprès d'un assureur du travail pour tout son personnel.

S'il s'agit d'un accident faisant intervenir la responsabilité d'un tiers (assurance responsabilité civile lors qu'un accident de roulage avec tiers responsable, assurance familiale suite à la morsure d'un chien…), les missions seront similaires mais concerneront également les conséquences de l'accident en dehors de la sphère professionnelle (cicatrices non esthétiques, perte de loisirs, difficultés ménagères…).

S'il s'agit d'une assurance revenu garanti ou d'une autre assurance contractée par l'assuré pour se mettre à l'abri du risque d'incapacité et de ses conséquences, les missions concernent spécifiquement ce qui a été prévu dans le contrat. Il est ainsi possible d'obtenir par ces contrats une indemnisation qui s'ajoute à celle prévue par la mutualité en fonction du pourcentage évalué par le médecin conseil de l'assureur. Cette situation se rencontre plus souvent chez les indépendants.

Il faut savoir que ces médecins effectuent un travail pour l'assureur mais que l'assureur reste gestionnaire du dossier et qu'il peut décider de ne pas suivre la proposition du médecin mandaté.

Le médecin du travail

Les entreprises d'une certaine taille sont obligées d'établir un contrat auprès d'un service de médecine du travail : le service externe de prévention et de protection au travail (SEPPT).

Ces services actifs dans le secteur de la santé auprès des employeurs sont composés de médecins disposant d'un diplôme complémentaire en médecine du travail.

Le médecin du travail remplit des missions en matière de prévention pour la santé des travailleurs et de conseil pour l'adaptation des postes de travail auprès des employeurs. Il a donc sa propre législation qui diffère de celle du médecin conseil d'une mutualité mais qui vise aussi à la santé du travailleur et à faciliter sa réinsertion ou son maintien au travail.

Alors que le médecin conseil de la mutualité évalue surtout la perte de capacité du travail, le médecin du travail est a priori concerné par le poste prévu pour le travailleur par son contrat de travail actuel et les postes qui lui seraient potentiellement accessibles chez le même employeur.

Outre les consultations obligatoires pour la prévention prévues dans certaines professions, il peut évaluer l'aptitude du travailleur à réintégrer son poste au sortir de la maladie et proposer des adaptations temporaires ou définitives du poste en contenu et/ou en horaire. Le médecin du travail propose mais l'employeur garde le pouvoir de décision.

Pour faire son travail, ce médecin doit évidemment être correctement informé de la situation médicale par le travailleur qui lui communique tout élément qu'il estime utile de lui confier.

Le médecin expert

Cette dénomination désigne souvent des médecins auxquels les tribunaux confient des missions visant à informer le juge sur les questions qu'il devra trancher et pour lesquelles il ne dispose pas des connaissances d'un médecin. Ceux-ci ont un diplôme en expertise mais ils peuvent être par ailleurs médecin généraliste ou spécialiste actifs ou médecin d'assurance ou de recours.

Le médecin expert convoque les différentes parties d'un litige autour du malade ou du blessé pour répondre à la mission : il écoute les arguments des médecins présents (parfois même des avocats), prend connaissance de toutes les pièces médicales, examine l'intéressé et établit un rapport circonstancié et argumenté pour le juge.

Lorsqu'un assuré conteste la décision du médecin conseil de sa mutualité, la procédure amène très souvent les juges à désigner un expert.

Le médecin de recours

Le malade ou le blessé qui doute de la justesse d'une décision ou d'une évaluation faite par un médecin conseil ne dispose pas lui-même des compétences pour l'accepter ou la refuser.

Dans cette situation, il peut faire appel à l'avis d'un médecin qui connaît les règles de l'évaluation et les arcanes des tribunaux.

Le médecin de recours peut être un médecin d'assurance, un médecin traitant ou spécialiste, un médecin travaillant comme expert pour les tribunaux mais qui, à d'autres moments, fait également du recours.

Les honoraires de ces médecins ne sont pas négligeables et ne font pas l'objet d'un remboursement par l'INAMI comme le sont les soins de santé ordinaires. Heureusement, les syndicats ont pris des engagements avec des médecins de recours dont ils honorent les évaluations lorsqu'un dossier litigieux leur est soumis.

Les assurances protections juridiques personnelles et comprenant une aide en justice peuvent également, selon les cas, indemniser les frais occasionnés par le recours à ce type de médecin.

Le médecin de l'ONEM ou du Forem

Lorsque les travailleurs en recherche d'emploi présentent des problèmes de santé qui limitent l'accès à certaines professions et donc réduisent leur capacité de travail, les services du Forem ou de l'ONEM peuvent faire appel à des médecins pour préciser ces limitations et évaluer la perte de capacité vis-à-vis du marché de l'emploi du travailleur (en fonction de ses qualifications et de son expérience).

Il peut s'agir de médecins généralistes ayant une certaine expérience mais aussi de médecins qui ont une qualification d'expertise ou qui ont antérieurement exercé des compétences de médecin conseil.

Comme le médecin traitant, le médecin de l'ONEM est un des seuls à pouvoir déclarer une période d'incapacité à la mutualité en affirmant que le demandeur d'emploi a perdu 66% de sa capacité de travail sur son marché de l'emploi. Un certificat sera cependant demandé auprès du médecin traitant, notamment pour préciser une période avec une date de fin. Dans ce cas comme pour tous les autres, le malade concerné sera ultérieurement convoqué par le médecin conseil pour une évaluation.

Le médecin du SPF sécurité sociale (anciennement « vierge noire »)

Le travailleur en incapacité de travail et indemnisé par sa mutualité peut également faire valoir 66% de perte de capacité auprès du SPF sécurité sociale via un dossier fourni généralement par les assistants sociaux, complété par le médecin traitant.

A la condition de ne pas dépasser un plafond fixé par l'état, une reconnaissance autorise une indemnité cumulable avec l'indemnité de la mutualité. Il faut cependant savoir que le plafond est bas et que bon nombre de malades n'ont pas droit à cette indemnité.

Le SPF peut également donner des avis pour l'obtention d'une carte de parking pour handicapé ou pour des indemnités lorsque l'aide de tierces personnes est nécessaire pour les actes de la vie quotidienne.

Comme pour les autres situations, les malades leur fournissent les éléments médicaux nécessaires et les décisions sont contestables auprès des juridictions du travail.

Nous reviendrons dans un prochain article sur les rôles du médecin conseil et sur les interactions que cela amène avec les autres acteurs médicaux dont dépend l'assuré.

Le statut de cohabitant nuit gravement **à la condition de la femme**

Plus de deux millions de personnes en Belgique vivent actuellement dans la pauvreté ! Pour la Belgique, le seuil de pauvreté est un revenu de 1366 € net par mois pour une personne isolée, ou de 2868 € net par mois pour un ménage composé de deux adultes et deux enfants. Le phénomène s'est accentué depuis la crise sanitaire, les indexations successives et l'augmentation faramineuse des coûts énergétiques.

Vanessa a 35 ans, est mariée depuis 16 ans et mère de 4 enfants. Le couple connaît des difficultés relationnelles et son conjoint est régulièrement violent. Elle voudrait le quitter, mais sans formation qualifiante, sans travail, sans permis de conduire, sans revenu, elle est entièrement dépendante de son mari. Vanessa a décidé de continuer cette vie conjugale qui la rend fragile et qui est faite de coups parce que le chemin pour obtenir un revenu d'intégration sociale est pour elle insurmontable.

Stéphanie a 49 ans, elle élève seule ses 2 enfants. Elle travaille à temps partiel et touche un complément du chômage. Un de ses enfants, désormais en âge de travailler, trouve un emploi, mais reste vivre avec sa maman. Le salaire de son fils va faire en sorte que son complément de chômage sera supprimé.

Dans ces deux exemples de vie, Vanessa et Stéphanie sont sanctionnées par l'existence du statut de cohabitant.

Le statut de cohabitant devient une aberration aujourd'hui puisque les conditions de sa création en 1981 ont évolué jusqu'à le rendre absurde.

À l'heure où l'égalité entre les femmes et les hommes rassemble de plus en plus d'adeptes, le statut de cohabitant crée des situations de dépendance qui y sont profondément contraires. L'assurance sociale et la solidarité collective ne devraient plus être remplacées par la solidarité présupposée au sein des couples ou entre cohabitants. Par ailleurs, la société évolue et la notion d' « un couple sous un toit » n'est plus forcément légion. Le coût des logements, la préservation de l'environnement, l'évolution des modes de relations sont autant de facteurs qui mènent à diversifier les types de cohabitation. La suppression du statut de cohabitant permettrait de laisser libre court à ces nouveaux modes de vie et ces nouvelles formes d'habitat et ainsi de ne plus pénaliser la solidarité informelle, qu'elle soit intrafamiliale, amicale ou citoyenne. Face à la crise énergétique et à l'inflation du coût de la vie, il s'agirait d'un levier efficace de lutte contre l'appauvrissement. Cela permettrait aussi de lutter contre l'isolement social, le mal-logement.

La suppression de ce statut fait partie des solutions pour réduire les difficultés financières des personnes en situation de pauvreté.

Il est nécessaire d'obtenir des droits individuels, et non plus basés sur la composition du foyer, qui permettraient aux individus d'éviter de plonger dans la pauvreté. Cette revendication des droits sociaux individualisés vise à plus d'égalité entre les citoyens et les citoyennes et favorise notamment l'indépendance des femmes vis-à-vis de leur conjoint. Depuis de nombreuses années, des associations féministes luttent pour l'individualisation des droits, pour une Sécurité Sociale plus inclusive, égalitaire et féministe !

Source : Statbel, La nouvelle revue , le PAC et Femmes Plurielles

L'affection post-Covid

La Covid-19, cette maladie qui nous a, de près ou de loin, toutes et tous touchés depuis 2 ans. La vie a maintenant repris son cours et la pandémie semble enfin derrière nous mais ce n'est malheureusement pas le cas pour tout le monde.

En effet, certaines personnes souffrent du « post-Covid », aussi appelé « Covid long », autrement dit les conséquences d'une infection probable ou confirmée par le SRAS-CoV-2 survenant généralement 3 mois après la maladie et persistant pendant au moins 2 mois.

Ces symptômes ne peuvent être expliqués par aucun autre diagnostic et ont un vrai impact (mental et physique) sur la vie quotidienne : fatigue, essoufflement, douleurs ou pressions thoraciques, douleurs musculaires, maux de tête, palpitations, perte du goût et/ou de l'odorat, problèmes de mémoire et de concentration (« brouillard cérébral »), anxiété ou encore dépression. Attention : ceux-ci peuvent évoluer, disparaître et réapparaître au fil du temps.

Le médecin généraliste joue un rôle pivot dans le traitement et la coordination des troubles post-Covid : il est indispensable de consulter si les symptômes persistent après l'infection afin de pouvoir poser un éventuel diagnostic et de mettre en place un trajet de soins. D'ailleurs, les patients concernés ne doivent rien payer eux-mêmes et aucun ticket modérateur ou supplément ne peut être facturé dans le cadre du post-Covid.

Lorsque le diagnostic est posé, le trajet de soins dure en général 6 mois et peut être prolongé une fois de 6 mois supplémentaires si un traitement plus long est nécessaire. Une évaluation régulière est mise en place entre le(s) prestataire(s) de soins concerné(s) et le patient afin d'adapter le suivi au besoin.

Le trajet de soins peut être, selon les besoins et objectifs du patient :

- Monodisciplinaire : le patient n'a besoin que d'un seul prestataire de soins (kinésithérapeute, logopède, psychologue…)
- Multidisciplinaire : le patient a besoin de plusieurs prestataires de soins (kinésithérapeute, logopède, psychologue, neuropsychologue, diététicien, ergothérapeute…). Dans ce cas, un coordinateur est désigné au sein de l'ensemble des prestataires.

Evidemment, si le recours à un autre prestataire de soins s'avère nécessaire au cours d'un trajet monodisciplinaire, celui-ci peut être poursuivi de manière multidisciplinaire par la suite.

Il existe également des modèles de soins transversaux, multidisciplinaires et « evidence-based » (basé sur des preuves médicales) destinés aux patients présentant des problèmes très complexes et multiples, mais cela reste heureusement assez rare.

Pour résumer, comme toujours, il ne faut pas hésiter à pousser la porte de son médecin traitant qui est le plus apte à poser un diagnostic concret et à vous diriger vers le meilleur des traitements.

Conséquences du non-paiement des cotisations de l'assurance complémentaire

Nous devons attirer votre attention sur les conséquences du non-paiement des cotisations de l'assurance complémentaire et plus spécialement sur la situation des membres qui, à partir du 1er janvier 2022, sont en défaut de paiement d'au moins 24 mensualités de cotisations.

Les détails de cette règlementation figurent dans les statuts de chaque mutualité, sous le titre « Types de membres » ou « Catégories de membres » ; le présent document a pour objet de rappeler succinctement ces dispositions.

L'inscription à une mutualité en qualité de titulaire entraine l'affiliation obligatoire aux services de l'assurance complémentaire et, par conséquent, l'obligation de payer les cotisations prévues pour pouvoir bénéficier de ces services.

Le non-paiement de ces cotisations entraine la suspension de la possibilité de bénéficier des avantages de l'assurance complémentaire, jusqu'à régularisation. Lorsque le défaut de paiement des cotisations dépasse 24 mensualités (en raison de la situation sanitaire exceptionnelle nous frappant depuis mars 2020, un arrêté royal du 14 janvier 2021 - MB du 02/02/2021, p.7752, en vigueur au 1er janvier 2021 - a reporté d'un an l'effectivité de ces conséquences) :

- La possibilité de bénéficier des avantages de l'assurance complémentaire est supprimée, la faculté de régularisation étant perdue ;
- La possibilité de bénéficier à nouveau des avantages de l'assurance complémentaire ne pourra être recouvrée qu'après une période de 24 mois pour laquelle les cotisations doivent être payées, sans cependant pouvoir bénéficier d'un quelconque avantage ;
- Les contrats d'assurance maladie (« hospitalisation », « soins de santé », « soins dentaires ») que le membre ou ses personnes à charge auraient souscrits auprès d'une société mutualiste d'assurances à laquelle est affiliée leur mutualité, prennent fin de plein droit ; un nouveau contrat ne pourra être conclu que si la période de recouvrement des droits de 24 mois dont il est question au point précédent est entamée et que les paiements se poursuivent régulièrement. Si un nouveau retard de paiement dépasse 6 mois, le nouveau contrat sera à son tour résilié. Précision importante : le nouveau contrat ne pourra être conclu qu'aux conditions applicables à ce moment pour tous les nouveaux contrats (notamment en ce qui concerne l'âge des assurés, la franchise, le tarif, etc.) et non aux conditions du premier contrat, qui sera définitivement perdu.

Les conséquences du non-paiement de la cotisation de l'assurance complémentaire peuvent donc être lourdes.

Ces règles sont applicables même si le membre a été affilié auprès de différentes mutualités au cours de la période impayée, et restent applicables quelle que soit la mutualité à laquelle il s'affilie après qu'il ait perdu la possibilité de bénéficier d'un avantage de l'assurance complémentaire.

Agenda de nos activités

Retrouvez l'agenda complet et actualisé sur mslux.be/activites

VACANCES JEUNES

Séjour d'animation « Sports et sable » (6 à 13 ans)

Pour profiter des premiers jours de mai, c'est un séjour « Sports et sable » que nous proposons à vos enfants. Au programme : s'amuser tout en rechargeant ses batteries. Les enfants séjourneront dans le centre du Lys Rouge à Coxyde du 30 avril au 6 mai. Ce centre est réputé pour son ambiance chaleureuse, sa situation idéale, ses espaces verts et ses installations sportives.

- Participation : 220€ (affilié) et 400€ (non-affilié)

Séjour Multifun à Coxyde (11 à 17 ans)

Les adolescents se donnent rendez-vous du 6 au 13 mai. Rien de tel que de vivre des animations fun tout en se reposant avant de terminer l'année scolaire. L'équipe d'animation propose un mix d'activités récréatives afin de faire passer une bonne semaine. Les vacanciers logeront dans le centre du Lys Rouge à Coxyde. Ce centre est réputé pour son ambiance chaleureuse, sa situation idéale, ses espaces verts et ses installations sportives.

- Participation en externat : 220€ (affilié) et 430€ (non-affilié)

A la découverte de l'équimotricité à Bertrix (4 à 7 ans)

Vous avez envie d'inscrire votre enfant en séjour mais une semaine, cela vous semble trop long pour une première expérience ? Nous vous proposons un séjour de 3 nuits du 3 au 6 mai à Bertrix, pour apprendre tout en douceur à partir sans papa et/ou maman. L'équimotricité est une activité où l'enfant évolue avec un cheval à travers un parcours psychomoteur. Ce n'est donc pas de l'équitation et il n'est pas nécessaire de savoir monter à cheval pour y participer. Les bienfaits de l'équimotricité© sont multiples. Elle développe notamment la confiance en soi, la motricité, les perceptions sensorielles, l'autonomie de l'enfant.

- Participation : 190€ (affilié) et 310€ (non-affilié)

RECRUTEMENT D'ANIMATEURS

Tu aimes travailler avec les jeunes ? Avoir des responsabilités ? Alors, deviens animateur de centre de vacances et pars avec nous cet été.

- **Renseignements :** 061 23 11 31 ou vacances.jeunes@mutsoc.be

Remédiation scolaire

Face à l'échec et aux difficultés scolaires, l'asbl Centre de Coopération Educative propose depuis 40 ans des séjours destinés aux élèves du secondaire. Toutes les matières du secondaire peuvent être revues y compris la méthode de travail. Les cours sont personnalisés : un professeur pour deux élèves. L' horaire alterne périodes de cours et des animations ludiques, techniques, créatives et sportives. L'équipe pédagogique composée de professeurs, de futurs enseignants et d'animateurs dynamiques et motivés.

Du 1er au 7 mai à Aywaille.

- Participation en internat : 155€ (affilié) et 295€ (non affilié)

Dans la peau d'un astronaute (9 à 17 ans)

L'occasion unique de vivre une expérience hors du commun pour vos « Armstrong » en herbe. Les jeunes passent d'une mission spatiale à la construction et au lancement d'une micro-fusée, sans oublier quelques pas sur la lune. Un entraînement digne de vrais astronautes à l'Euro Space Center !

- En internat : Du 7 au 12 mai. Participation : 340€ (affilié) et 490€ (non affilié)
- En externat : Du 8 au 12 mai. Participation : 110€ (affilié) et 260€ (non affilié)

Retrouvez l'ensemble des séjours Vacances Jeunes dans catalogue en ligne **vacances-jeunes.be.** Celui-ci sera également disponible en agence ou sur demande.

Certains stages et séjours sont également disponibles en inclusion pour les enfants en situation de handicap durant les vacances de printemps et d'été.

Renseignements et inscriptions : 061 23 11 37 ou assilux@mutsoc.be

ESCAPADES

ASSIlux (précédemment FPS) vous proposent des excursions et séjours ouverts à tous, affiliés ou non à la Mutualité Socialiste du Luxembourg. Un encadrement de qualité est prévu pour chaque destination grâce à des accompagnateurs de voyages formés.

Détente et activités conviviales à Nieuport

Proche de la plage et de la rue commerçante, le Floréal est un endroit idéal de vacances. Le domaine dispose d'une piscine intérieure, de terrains de tennis, de pistes de pétanque ainsi qu'un parcours de mini-golf. L'équipe d'animation du Floréal vous propose un programme varié ainsi que des soirées animées. Logement : Studio (1 personne) ou appartement (2 à 4 personnes). Tous les logements comportent des escaliers et sont équipés de salle de bain (douche), WC et TV. Inclus : le transport en autocar, le logement (Floréal), la pension complète avec eau et bière de table, le programme d'animation, l'assurance annulation. Du 12 au 19 juin (8 jours/7 nuits).

- Participation : 600€ (affilié) et 750€ (non-affilié). Supplément single : 105€

Séjour de détente à Oostduinkerke

Situé dans les dunes à 800 mètres de la plage, l'Hôtel le Domaine de Westhoek est le lieu idéal pour des vacances au calme. L'hôtel dispose d'une piscine intérieure, d'un espace Wellness, de plusieurs terrasses, d'un parcours de mini-golf, de pistes de pétanques ainsi que d'une brasserie avec une terrasse bien orientée. Différentes activités et sorties vous seront proposées par l'équipe d'accompagnateurs pour rendre votre séjour encore plus agréable. Logement : toutes les chambres sont équipées d'une salle de bain avec douche ou baignoire, TV, WC. Certaines chambres disposent d'une partie salon (moyennant un léger supplément). Ce séjour est accessible à tous mais est également ouvert aux personnes en perte de mobilité et ayant des besoins plus spécifiques. L'accompagnement sera d'autant plus adapté. En fonction de votre demande, une rencontre préalable sera envisagée. Inclus: le transport en autocar, le logement en chambre double, la taxe de séjour, la demi-pension (boisson non comprise), le repas de midi le dernier jour et les activités prévues dans le programme. Du 27 août au 3 septembre.

- Participation : 700€ (affilié) et 875€ (non-affilié)

Séjour détente libre à Oostduinkerke

Situé dans les dunes à 800 mètres de la plage, l'Hôtel le Domaine de Westhoek est le lieu idéal pour des vacances au calme. Du 1 au 5 mai, du 10 au 14 juillet, du 17 au 21 juillet, du 24 au 28 juillet, du 31 juillet au 4 août et du 14 au 18 août

- Participation : 320€ (affilié) et 400€ (non-affilié).

Séjour « papy, mamy et moi » à Oostduinkerke

Vous rêveriez de partir une semaine à la mer avec vos petits-enfants mais vous savez que cela va vous demander beaucoup d'idées et d'énergie. Nous avons la solution pour vous ! Dates identiques au séjour détente libre ci-dessus.

- Participation : Adultes: 320€ (affilié) et 400€ (non affilié). Enfants: 110€ (affilié) et 140€ (non affilié).

Nos excusions d'un jour

- Journée de détente libre à Maastricht : 28 avril, 26 mai, 23 juin et 14 juillet. Participation : 25€ (affilié) et 30€ (non-affilié) ;
- Entre saveurs et patrimoine à Herve : 6 et 8 juin. Participation : 70€ (affilié) et 85€ (non-affilié)
- Pairi Daiza : 27 juin et 27 juillet. Prix : 55€ (affilié) et 68€ (non-affilié). Réduction de 5€ pour les enfants de 3 à 11 ans. Réduction de 30€ pour les enfants de moins de 3 ans.

Lieux d'embarquement pour chaque destination :

Arlon, Saint-Hubert et Aye.

- Renseignements et inscriptions : 061 23 11 72 ou assilux@mutsoc.be

INITIATION SMARTPHONES

Vous venez d'acquérir un téléphone Android et vous vous sentez un peu perdu dans ce monde qui n'est pas le vôtre ? Cette initiation va vous donner le petit coup de pouce indispensable pour une meilleure utilisation de votre smartphone. Lors de cette formation donnée en deux séances, nous vous donnerons les bases pour pouvoir appeler, envoyer un message, faire des photos et pouvoir les consulter. Ensuite, nous pourrons nous attarder sur quelques applications vedettes telles que Facebook, Messenger et WhatsApp. Nous serons également à votre disposition pour répondre à vos questions.

Les mardis de 9h30 à 12h30 (il est essentiel de participer aux deux séances à l'endroit choisi)

- Arlon, 11 et 18 avril 2023
- Marche, 16 et 23 mai 2023
- Participation (2 séances) : 12€ (affilié) et 15€ (non affilié).
- Renseignements et inscriptions : 061 23 11 72 ou assilux@mutsoc.be

DRIVE MUT

40 € les 20 heures de cours théoriques dont 4 heures de formation « conduite responsable ». 40 €/h pour un cours pratique (à condition d'avoir participé préalablement à la formation « conduite responsable » de 4h, comprise dans le prix d'inscription). Ces cours auront lieu :

- Arlon : du 8 au 15 mai et du 7 au 11 aout de 9h à 13h ;
- Libramont : du 7 au 11 aout de 17h à 21h ;
- Marche-en-Famenne : du 8 au 12 mai de 14h30 à 18h30 et du 24 au 28 juillet de 9h à 13h.

Le module de prévention (dans le cadre des cours théoriques) se donne en ligne. Plus d'informations lors de l'inscription.

- Renseignements et inscriptions : 02 515 06 31

CONDUITE DÉFENSIVE PRÉVENTIVE

La prévention du risque routier est primordiale. Pour se préparer au mieux aux situations d'urgence, rien de tel qu'un simulateur réaliste et interactif. Il reste le meilleur outil pédagogique pour bien assimiler les bons réflexes. Durant cette après-midi, vous verrez les grands principes généraux de conduite en sécurité avec une mise en application sur un simulateur de conduite.

Le but est d'appréhender les principes fondamentaux de la sécurité routière : évolution du temps de réaction en fonction de l'état du conducteur, respect des distances de sécurité et application de la règle des 2 secondes, évolution des distances de freinage en fonction de l'état du véhicule, de l'état de la route et des conditions climatiques et respect des usagers vulnérables…

- Le 26 avril à Saint-Hubert ;
- Le 7 juin à Virton ;
- Le 21 juin à Bastogne ;
- Le 28 juin à Wellin.
- Participation : gratuit
- Renseignements et inscription obligatoire: 061 23 11 72 ou assilux@mutsoc.be

APRÈS-MIDI CINÉMA

ASSILux, précédemment ASPH, vous propose ses après-midi cinéma. Tous les films sont à la fois audiodécrits et sous-titrés et donc accessibles aux personnes déficientes visuelles et auditives, mais également aux seniors, aux personnes à mobilité réduite et au tout-public. Les séances ont lieu à Marche-en-Famenne et à Arlon.

- « Cette musique ne joue pour personne » le 7 avril à 14h à la maison de la culture d'Arlon et le 14 avril à 14h à la maison de la culture de Marche ;
- « Maigret » le 30 mai à 14h à la maison de la culture de Marche et le 2 juin à 14h à la maison de la culture d'Arlon
- Participation: 2€/personne, gratuit pour les accompagnateurs de groupes
- Inscriptions obligatoires : 061/23.11.37 ou assilux@mutsoc.be

FORMATION VOLONTAIRES

Vous avez envie de donner de votre temps, de découvrir une autre manière de vivre ensemble, de soutenir et d'aider l'autre et de tisser des liens, ceci est pour vous ! ASSILux propose une formation de 6 journées : 30 mai, 6 , 13, 20, 27 juin et 4 juillet de 9h à 16h à Saint-Hubert.

- Renseignements et inscriptions obligatoires : 061 23 11 72 ou assilux@mutsoc.be

REPAS DANS LE NOIR

En collaboration avec EQLA, ASSILux (précédemment ASPH) vous donne rendez-vous pour la première édition le vendredi 26 mai 2023 à 18h30 à la table des Hautes Ardennes à Vielsalm (rue des chasseurs ardennais 33 Vielsalm).

- Renseignements et réservation obligatoire pour le 16 mai : 061/23.11.37 ou assilux@mutsoc.be

MARCHES INCLUSIVES

ASSILux vous proposent leur nouveau cycle de marches inclusives. Un moment de détente, de bien-être et d'activité tout en prenant un bon bol d'air. Vous n'avez rien à faire, seulement vous laisser guider.

Un moment convivial et de rafraîchissement clôturera la balade.

Rendez-vous à 10h00, le 25 mai à Lesse, le 1er juin à Humain, le 8 juin à Gouvy, le 15 juin aux Epioux, le 22 juin à Etalle et le 29 juin à Neufchâteau

- Participation: Gratuit
- Renseignements et inscriptions obligatoires : 061 23 11 72 ou assilux@mutsoc.be

Babydays et salon du mariage

Fin 2022, nous étions présents avec un stand d'information lors de 2 salons aux thématiques bien singulières : le salon du bébé et le salon du mariage. Ces 2 événements se sont déroulés à Libramont l'espace de 2 week-end. Mais pourquoi me direz-vous ?

Cette démarche s'inscrit clairement dans notre volonté de développer la proximité. Aller à votre rencontre est notre objectif premier. Et ensuite ?

Parce qu'attendre un enfant et lui donner naissance est un événement extraordinaire nous vous accompagnons tout au long de cette formidable aventure jalonnée de changements, de questions et de beaucoup d'émotions. Guidé par un conseiller mutualiste, les visiteurs de Babydays ont pu obtenir les premières réponses à leurs questions : démarches, congé de maternité, couverture santé… Pour aller plus loin, un bilan naissance en agence leur est également proposé. À ce sujet, la brochure « la naissance, toutes les informations et démarches pour une grossesse en toute sérénité » est toujours disponible en agence ou sur notre site internet dans la rubrique « publications » (ou en scannant le QR code).

Un mariage ou une cohabitation ça se prépare ! Mais avez-vous déjà pensé parler « couverture santé » avec votre (futur) conjoint(e) ? C'est la question que nous vous posions lors du salon du mariage. Pour faciliter les démarches administratives (soins de santé, incapacité de travail…), nous vous conseillons d'être tous les 2 inscrits à la même Mutualité. S'affilier à la Mutualité Socialiste du Luxembourg, c'est profiter de services efficaces, de nombreux remboursements. Le tout à un prix avantageux. S'affilier, c'est simple comme un coup de fil au 0478 96 72 99, comme un rendez-vous en agence ou encore directement en ligne : mslux.be/contact. Nous nous occupons ensuite de votre dossier de A à Z.

Mais quel sérieux ! Effectivement, nous sommes là pour vous donner la meilleure information. Toutefois sur nos stands, vous pouvez glaner quelques cadeaux sympathiques à l'effigie de notre mascotte mais également participer à l'un de nos concours. Nous félicitons nos gagnants qui ont été avertis personnellement.

Mais ce n'est pas tout... Lors de ces événements, nous rencontrons d'autres professionnels, dans d'autres secteurs. Une belle opportunité de nouer des partenariats afin de vous proposer encore plus d'avantages. Ce fut le cas, par exemple, pour notre baby box.

Si vous nous croisez lors d'un prochain événement, n'hésitez pas à venir nous rencontrer… nous vous accueillerons toujours avec le sourire. A bientôt !

Formation à l'animation en centres de vacances

Afin d'obtenir le brevet homologué par la Fédération Wallonie-Bruxelles, les futurs animateurs doivent suivre un cursus de 2 ans. Lors de la première année, 2 semaines théoriques sont prévues ainsi qu'un premier stage pratique. L'une de ces 2 semaines s'est déroulée lors des dernières vacances de détente. Les participants ont pu apprendre à se connaître, découvrir des techniques d'animation… De beaux échanges et une bonne cohésion d'équipe ! Ils se retrouveront déjà aux vacances de printemps pour la deuxième partie de leur apprentissage. Vous désirez en savoir plus sur la formation à l'animation ? Rendez-vous sur notre le site www.vacances-jeunes.be

Porte ouverte chez Optique Point de Mire à Virton

Ce 24 février, était l'occasion de visiter notre nouveau magasin et de rencontrer les opticiens : Tom Jacquet, Téo Romnée et Pierre Wauters. Un personnel diplômé pour vous guider vers un modèle harmonieux et des verres adaptés à votre vue. De plus, nos affiliés bénéficient d'un prix spécial : -30 % pour les moins de 18 ans et -20 % pour les plus de 18 ans sur le montant restant à leur charge en plus d'un remboursement de 75€. Désormais ce sont 5 magasins qui sont accessibles du mardi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h, le samedi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h : Arlon (rue de la Moselle 1), Bastogne (rue du Vivier 62), Libramont (avenue Herbofin 30) Marche-en-Famenne (rue Neuve 1 - Place aux Foires) et Virton (route d'Arlon 90A).

La p®ause syndicale

13 et 14 avril : premier festival « Action ! » du CEPPST

Les jeudi 13 et vendredi 14 avril prochains, le CEPPST, Centre d'éducation permanente en province de Luxembourg, lancera son premier festival « Action ! », consacré aux films engagés. Le lieu choisi pour cet événement cinématographique est le Ciné Patria, à Virton (rue des Fossés, 20).

Depuis de nombreuses années, le CEPPST, régionale du CEPAG, développe, sur le territoire du Luxembourg belge, une dynamique de formation et d'animation auprès de publics populaires sur des thèmes en lien avec le politique, le social, le culturel et l'économique.

A travers son premier festival, le Centre a pour objectif de proposer un programme riche, entre films, documentaires et fictions, qui aborde des problématiques sociales et humaines, et qui questionne une réalité sociale parfois ignorée.

« Action ! » se déclinera donc sur deux journées, avec notamment la projection de cinq longs métrages entrecoupés de débats avec le public.

Au programme : « Habib, la grande aventure » de Benoît Mariage ; « Tori et Lokita » des Frères Dardenne ; « La Cravate » de Mathias Théry et Etienne Chaillou ; « L'Employée du mois » de Véronique Jadin ; et « La Syndicaliste » de Jean-Paul Salomé.

Nous accueillerons également cinq jeunes de la région, pour présenter une capsule vidéo qu'ils auront eux-mêmes réalisée, sur la montée de l'extrême droite.

Comme parrain de l'événement, le CEPPST annonce d'ores et déjà la présence du réalisateur Benoît Mariage. Et pour assurer un débat avec des jeunes élèves d'écoles du coin le vendredi après-midi après le visionnage de leur long métrage, les Frères Dardenne feront le déplacement jusqu'à Virton. Un honneur que d'accueillir ces personnalités du septième art.

L'entrée est fixée à 6 euros le film ; à 20 euros pour les deux jours ; à 4 euros pour le scolaire.

Les réservations pour assister au festival en tout ou en partie est obligatoire au 063/58 20 28 ou via l'adresse mail info@cinepatria.be

Pour le programme complet, les horaires et toutes les informations utiles : ceppst.be/action

SEMELLES ORTHOPÉDIQUES

JUSQU'À **50€**
DE REMBOURSEMENT

L'accès à la santé pour tous !

Plus d'infos en agence
et sur www.mslux.be

La Mutualité Socialiste
du Luxembourg

Pour les affiliés en ordre de cotisations à l'assurance complémentaire.
Dans le respect des dispositions prévues dans nos statuts.