

MUTUALIA

mag

VOUS PARTEZ EN VACANCES ?

TOUT SAVOIR

SUR VOTRE CARTE EUROPÉENNE
D'ASSURANCE MALADIE

LA LOGOPÉDIE

Tout ce qui a changé ce 1^{er} avril

LA SOPHROLOGIE

Et si vous «positiviez» votre vie

Obtenir
votre «kit
Senior Focus»



Mutualia.be
Mutualité Neutre

VITAMINS

FOR HEALTHY LIFE

~~€19,90~~
€ 15,00

SVELT 4 **Gélules végétales**

Travaillent à la fois sur l'absorption des lipides et la transformation par l'organisme des graisses, tout en facilitant le métabolisme du sucre.

~~€18,00~~
€ 15,00

SOLESUN 365 **Gélules végétales**

Eclat du teint - Riche en caroténoïdes. Préparent votre peau aux expositions du soleil et vous permettent de profiter de votre bronzage plus longtemps.

* Promotion valable
jusqu'à épuisement du stock



ZENOLIA - Place Verte, 41 - 4800 Verviers | Tél. 087/30 80 90 | info@zenolia.be
Retrouvez-nous aussi à Liège, Heusy, Theux, Spa, Ottignies, Jodoigne, Waterloo et Wavre.

Sommaire



VOTRE MUT'

- 04 Initiez votre enfant au tennis
- 04 Prenez le volant avec Multi-Care
- 04 Profitez des services de notre pédicure
- 05 Fermeture de nos agences pendant l'été
- 05 Nos horaires ont changé

DOSSIER

- 07 Vous partez en vacances ?
N'oubliez pas votre CEAM
- 09 La Kids-ID pour votre enfant

ACTUALITÉ

- 10 La logopédie
Tout ce qui a changé
- 12 Obtenir votre «kit Senior Focus»
- 14 Ostbelgien-Regelung wird offiziell

BON PLAN

- 17 La sophrologie
Et si vous positiviez votre vie ?

MutualiaMag

Magazine trimestriel

COMITÉ DE RÉDACTION

C. DAUBY
M. HERBER

RÉALISATION ET MISE EN PAGE

M. HERBER

IMPRESSION

Imprimerie IPEX

SITE WEB

www.mutualia.be

VOTRE MUT'



Initiez votre enfant au tennis

Chez Mutualia, **les enfants de 5 à 12 ans peuvent s'inscrire gratuitement à des cours de tennis** prodigués par un moniteur professionnel sur les terrains de TC Maison Bois à Theux.

Ces cours se donnent le mercredi après-midi, de 14h à 17h, pendant toute l'année (trois groupes successifs sont constitués en fonction de l'âge des participants). Le matériel (raquettes et balles) est fourni aux élèves. Les différents groupes sont composés de 6 élèves au maximum, pour une durée de trois mois.

Informations et réservations

Mutualia, Mutualité Neutre | Place Verte, 41 - 4800 Verviers | email : info@mutualia.be | tél. 087/31 34 45.

Prenez le volant avec Multi-Care

Vous souhaitez passer votre permis ou « rafraîchir » vos connaissances et votre pratique ? Bénéficiez de cours pratiques à raison de 30 €/heure ainsi que de cours théoriques à raison de 10 € la séance.

Grâce à Mutualia, bénéficiez de cours pratiques d'aide à la conduite avec des instructeurs de conduite brevetés, du lundi au samedi ou bien optez pour les cours théoriques en groupe.

Informations et réservations

Multi-Care ASBL | Place Verte, 41 - 4800 Verviers | email : info@mutualia.be | tél. 0491/34 00 64.

Profitez des services de notre pédicure à Wavre et à Jodoigne



Grâce à Mutualia, bénéficiez des services d'une pédicure à tarifs préférentiels.

Votre Mutualité Neutre, Mutualia, vous propose les services d'une pédicure dans ses agences de Wavre et de Jodoigne tous les mardis de 09h00 à 17h00.

Informations et réservations

Mutualia, Mutualité Neutre - Wavre
Pl. Alphonse Bosch, 39 | 010/45 28 62
wavre@mutualia.be.

Mutualia, Mutualité Neutre - Jodoigne
Ch. de Charleroi, 56 | 010/24 51 91
jodoigne@mutualia.be.

Des bons plans à Verviers ?

Demandez notre brochure **Bien-être & Santé**.



Votre avantage Mutualia



Mutualia intervient à raison de **5 € par séance de pédicure**, avec un maximum de 5 séances par personne du ménage et par année civile.



Restez informés sur nos avantages, likez notre page !

► [FACEBOOK/MUTUALIA](https://www.facebook.com/MUTUALIA)

Fermeture de nos agences pendant l'été

Retrouvez la liste complète des fermetures de
nos agences pendant les vacances d'été.

Vous souhaitez rester informé de nos horaires d'ouverture ?

Rendez-vous sur <http://www.mutualia.be/contact.aspx>.

- ➡ **AUBEL** _____ du 24/07 au 04/08/2017
- ➡ **BARVAUX** _____ du 17 au 28/07, du 14 au 18/08 et du 28/08 au 01/09/2017
- ➡ **DOLHAIN** _____ du 26 au 27/07 et du 30/08 au 14/09/2017
- ➡ **EUPEN** _____ du 14/08 au 01/09/2017
- ➡ **HERVE** _____ du 24/07 au 15/08/2017
- ➡ **HEUSY** _____ du 04 au 15/09/2017
- ➡ **JALHAY** _____ du 01 au 22/07/2017
- ➡ **JODOIGNE** _____ horaire adapté du 01 au 12/08/2017 :
du mardi au samedi de 08h30 à 13h00
- ➡ **LA CALAMINE** _____ du 14/08 au 01/09/2017
- ➡ **LIÈGE 2** _____ du 14 au 21/07, du 14 au 18/08 et du 15 au 29/09/2017
- ➡ **MALMEDY** _____ du 17 au 21/07, du 14 au 18/08 et du 30/08 au 13/09/2017
- ➡ **OTTIGNIES** — horaire adapté du 29/06 au 05/07 et du 25 au 29/07/2017 :
le mardi et jeudi de 08h30 à 17h30, le mercredi, vendredi
et samedi de 08h30 à 13h00.

Horaire adapté du 18 au 20/07 et du 16 au 19/08/2017 :
le mardi, jeudi et samedi de 08h30 à 13h00 et le mercredi
et vendredi de 08h30 à 17h30.
- ➡ **SAINT VITH** _____ du 24/07 au 15/08/2017
- ➡ **SPA** _____ du 20 au 24/07/2017
- ➡ **STAVELOT** _____ du 24/07 au 15/08/2017
- ➡ **STEMBERT** _____ du 24 au 28/07 et du 08 au 15/09/2017
- ➡ **THEUX** _____ du 17 au 30/07/2017
- ➡ **VIELSALM** _____ du 21 au 25/08/2017
- ➡ **WAIMES** _____ du 24/07 au 15/08/2017
- ➡ **WAREMME** _____ du 24/07 au 15/08/2017
- ➡ **WELKENRAEDT** _____ du 17 au 21/07/2017 et du 21/08 au 01/09/2017

Votre agence habituelle est fermée ? Trouvez l'agence la plus proche de
chez vous sur <http://www.mutualia.be/agences.aspx>.

VOTRE MUT' // Zoom sur votre mut'

NOS HORAIRES ONT CHANGÉ



► AUBEL

Place Albert 1^{er}, 35 | 087/68 88 55

Le lundi et mardi de 08h30 à 13h00
et le vendredi de 08h30 à 12h30 et
de 13h30 à 17h00.

► DISON

Rue des Ecoles, 5 | 087/33 78 50

Du mardi au vendredi de 09h00 à
17h00.

► ENSIVAL

En Mi-ville, 12 | 087/33 57 06

Le lundi, mardi, mercredi et vendredi
de 09h00 à 17h00.

► HERVE

Rue des Ecoles, 6 | 087/67 48 45

Du mardi au vendredi de 08h30 à
12h30 et de 13h30 à 17h00.

► HEUSY

Rue de l'Usine, 2 | 087/22 37 40

Le lundi et mardi de 08h30 à 12h30
et de 13h00 à 17h00 ainsi que le jeudi
et vendredi de 08h30 à 12h30 et de
13h00 à 16h00.

► JALHAY

Rue de la Fagnes, 33 | 087/23 09 73

Le samedi de 09h00 à 12h00.

► PEPINSTER - Fermeture définitive

Rue Neuve, 58

► SPA

Av. Reine Astrid, 71 B | 087/77 20 37

Du lundi au jeudi de 09h00 à 17h00.

► STAVELOT

Rue Haute, 5 | 080/34 03 86

Le jeudi de 09h00 à 12h30 et de
13h00 à 16h00.

► WAREMME

Rue Haute, 5 | 019/32 44 98

Le mercredi et vendredi de 09h00 à
13h00, le jeudi de 09h00 à 13h00 et
de 14h00 à 17h00.

► WELKENRAEDT

Pl. des Combattants, 13 | 087/53 17 87

Le lundi, mercredi et vendredi de
09h00 à 12h30 et de 13h00 à 17h00.

it's

Summer!



~~€270,00~~
€ 199,00*

VÉLO D'APPARTEMENT

Vélo d'appartement digital confortable. Sa selle (ajustable horizontalement et verticalement), sa facilité d'enjambement et ses réglages rendent vos entraînements beaucoup plus agréables.



~~€44,50~~
€ 35,00*

PÉDALIER PLIABLE

Pédalier aussi bien adapté pour les pieds que pour les mains ! Idéal pour les exercices doux et pour une utilisation à domicile. Pédales avec sangles et molette pour ajuster le niveau de résistance.





DOSSIER

Vous partez en vacances ?

N'oubliez pas votre carte européenne d'assurance maladie (CEAM) si vous séjournez temporairement dans un autre pays européen, en Norvège, en Islande, dans le Lichtenstein ou en Suisse. La CEAM permet le remboursement (intégral ou partiel) de soins médicaux nécessaires sur place¹.

DOSSIER

Tout savoir sur votre CEAM

La carte européenne d'assurance maladie (CEAM) prouve que vous êtes en ordre avec l'assurance soins de santé belge et si vous bénéficiez de soins médicaux nécessaires dans un autre pays européen², une mutualité de ce pays vous les rembourse.

QUELS SOINS VOUS SONT REMBOURSÉS ?

Vous recevez un remboursement intégral ou partiel de tous les soins nécessaires pour poursuivre votre séjour en toute sécurité, selon les tarifs du pays où vous séjournez.

Attention, certaines prestations ne sont jamais remboursées si vous n'avez pas obtenu une autorisation préalable de votre mutualité. Si vous n'avez pas pu obtenir le remboursement de vos soins sur base de la CEAM, vous pouvez toujours présenter vos factures à votre mutualité qui vous informera au sujet des modalités de remboursement applicables à votre cas.

La raison de votre séjour (vacances, études, travail, etc.) n'a pas d'importance. Toutefois, votre CEAM n'est pas valable si vous vous rendez à l'étranger uniquement dans le but d'y recevoir des soins.

QUEL EST LE MONTANT DU REMBOURSEMENT ?

Vous obtenez un remboursement selon les tarifs du pays dans lequel vous séjournez. Le montant remboursé sera donc différent d'un pays à l'autre.



Comment demander votre CEAM ?



Demandez votre carte européenne d'assurance maladie (CEAM) auprès de votre mutualité dès que vous planifiez un voyage à l'étranger.

Commandez là dans votre agence habituelle ou via l'onglet «formulaires» de votre guichet en ligne «MyMutualia».

Attention, votre CEAM n'est valable que pour vous-même. Si vous voyagez en famille, demandez-la donc également pour les autres membres de votre ménage.

Si vous possédez déjà votre CEAM, n'oubliez pas de vérifier sa date d'expiration avant votre départ. Vous trouverez cette date dans le coin inférieur droit de votre CEAM. Une fois la date dépassée, demandez-en une nouvelle à votre mutualité.

VOUS BÉNÉFICIEZ DE SOINS DE SANTÉ DANS UN PAYS OÙ LA CEAM EST VALABLE ?

➡ Vous êtes en possession de votre CEAM

Montrez votre CEAM au dispensateur de soins qui vous soigne. Celui-ci vous délivrera une attestation à remettre à une mutualité du pays dans lequel vous séjournez à ce moment même. Cette mutualité vous remboursera le montant auquel vous avez droit. Si vous retournez en Belgique sans avoir demandé le remboursement de votre attestation sur place, transmettez les factures originales et/ou l'attestation à votre mutualité, qui examinera ensuite si vous pouvez bénéficier d'un remboursement. Dans certains cas, vous ne payerez au dispensateur de soins que la part qui est à votre charge (appelée ticket modérateur). Vous ne devrez donc entreprendre aucune démarche supplémentaire.

➡ Si vous n'êtes pas en possession de votre CEAM

Demandez à votre mutualité belge de vous envoyer un certificat de remplacement. Utilisez ce certificat de la même manière que la CEAM.

➡ Si vous êtes soigné dans un hôpital privé

Vous ne pouvez pas utiliser la CEAM. Vous devez donc payer la facture qui vous est remise et introduire celle-ci auprès de votre mutualité. La mutualité examinera si vous pouvez recevoir un remboursement. Ceci, sur la base des tarifs belges.

¹ si vous vous rendez au Danemark, en Islande, au Liechtenstein, en Norvège ou en Suisse, vous devez avoir la nationalité d'un de ces pays ou d'un État membre de l'Union européenne.

² Pays de l'EEE: Allemagne, Autriche, Bulgarie, Chypre, Croatie, Danemark, Espagne, Estonie, Finlande, France, Grèce, Hongrie, Irlande, Islande, Italie, Lettonie, Liechtenstein, Lituanie, Luxembourg, Malte, Norvège, Pays-Bas, Pologne, Portugal, Roumanie, Royaume-Uni, , Slovaquie, Suède, Tchéquie.

Votre avantage Mutualia



Vous partez en vacances ? Mutualia intervient à raison de **35 € par an et par bénéficiaire dans tous les vaccins reconnus en Belgique.**



La Kids-ID pour votre enfant

Bientôt en vacances à l'étranger avec vos enfants ? Demandez la Kids-ID sans tarder !

La kids-ID est le document d'identité électronique pour les enfants belges de moins de 12 ans. Elle leur permet de voyager dans l'Union Européenne et dans certains autres pays mais, c'est surtout dans le domaine de la sécurité que la carte offre de nombreux avantages : la présence d'une puce électronique associée à un code secret permet à votre enfant de plus de 6 ans d'utiliser sa carte pour s'authentifier sur Internet et peut notamment l'aider en cas de danger. En effet, cette puce peut être reliée au service Allo Parents qui a pour but de prévenir immédiatement les parents dont l'enfant s'est perdu ou se trouve confronté à un problème majeur.

Comment obtenir une Kids-ID ?

La Kids-ID n'est pas obligatoire. Pour l'obtenir, vous devez en faire vous-même la demande pour vos enfants au service population de votre commune. Attention, le délai pour l'obtention d'une Kids-ID est de 3 semaines, demandez-la donc à temps. La procédure rapide d'obtention de la Kids-ID coûte nettement plus cher que le prix de base.

Pour une demande de Kids-ID auprès de la commune, il faut :

- exercer l'autorité parentale sur l'enfant;
- se rendre avec l'enfant à la commune;
- fournir une photo récente de l'enfant.

Vous souhaitez plus d'informations ?

Surfez sur www.ibz.rn.fgov.be

LA LOGOPÉDIE, tout ce qui a changé !

La logopédie intervient pour tous les troubles de la parole, de la voix et du langage oral et écrit, quelle que soit l'origine de ces troubles, et quel que soit l'âge du patient. Certaines de ces prestations vous sont remboursées par l'assurance obligatoire soins de santé sous accord du médecin-conseil. Cependant, depuis le 1^{er} avril 2017, diverses modifications INAMI sont entrées en vigueur.



RÉDUCTION DU QUOTA DE SÉANCES POUR CERTAINS TROUBLES

Voici les quotas de séances désormais d'application :

- > Handicap dans la poursuite d'une profession (LA) - 55 séances
- > Aphasie (LB1) - 288 séances
- > Troubles du développement du langage oral (LB2) - 190 séances
- > Dyslexie-dysorthographe-dyscalculie (LB3) - 140 séances
- > Radiothérapie/chirurgie (LB5) - 55 séances
- > Dysglossies (LB6.1) - 149 séances
- > Dysarthries (LB6.2) - 176 séances
- > Bégaiement (LB6.4) - 128 séances
- > Laryngectomie (LC1) - 90 séances
- > Dysphagie (LE) - 65 séances

LA POSSIBILITÉ DE TRAITER UNE « RECHUTE » DU TROUBLE

Pour les troubles suivants, un quota de séances (au maximum 30 % du quota global) pourra être prélevé dans le quota accordé pour le traitement, et conservé pour être utilisé en cas de rechute. Pour ça, la rechute doit survenir au plus tôt 6 mois et au plus tard 2 ans après la fin de la période maximale continue de traitement prévue dans la nomenclature (cette période n'étant donc pas modifiée ni prolongée) :

aphasie (LB1), troubles du développement du langage oral (LB2), dyslexie-dysorthographe-dyscalculie (LB3), bégaiement (LB6.4), troubles de la voix (LC2), dysphagie (LE).

Pour pouvoir utiliser ce quota de rechute, le logopède devra avoir rédigé au préalable un bilan d'évolution, dit « bilan de rechute ».

LA GUIDANCE PARENTALE

Pour les troubles suivants, 10 séances pourront être prélevées dans le quota accordé pour le traitement, et utilisées pour enseigner aux parents des stratégies spécifiques d'interventions ciblées pour soutenir et augmenter l'efficacité du traitement logopédique de leur enfant :

troubles du développement du langage oral (LB2), dyslexie-dysorthographe-dyscalculie (LB3), bégaiement (LB6.4), troubles de la voix (LC2), troubles de l'ouïe (LD), dysphasie (LF).

LA POSSIBILITÉ DE TRAITER LE « LOCKED-IN SYNDROME » COMME TROUBLE À PART ENTIÈRE

Le logopède pourra traiter ce syndrome sur base du nouveau point de la nomenclature § 2, g, à concurrence de 150 séances la première année et de 100 séances pour chacune des années suivantes (sans limitation dans le temps).

LA POSSIBILITÉ DE FAIRE PRESCRIRE LE BILAN INITIAL PAR TOUT MÉDECIN EN POSSESSION D'UN NUMÉRO INAMI ACTIF

Cela concerne tous les médecins généralistes et spécialistes. Une exception : le trouble de dysphasie, dont le bilan initial, le bilan d'évolution et le traitement continuent de devoir être prescrits par un spécialiste en neurologie pédiatrique.

LES ACCORDS EN COURS NE SONT PAS CONCERNÉS.
CES CHANGEMENTS S'APPLIQUENT AUX DEMANDES D'INTERVENTION INTRODUITES AUPRÈS DU MÉDECIN CONSEIL DE LA MUTUALITÉ À PARTIR DU 1^{ER} AVRIL 2017

Comment obtenir mon remboursement ?



Pour obtenir un tel type de remboursement, vous devez remettre à votre mutualité un certain nombre de documents :

- > le formulaire de demande de traitement, complété, daté et signé;
- > la prescription de bilan établie par un médecin;
- > les résultats du bilan réalisé par le/la logopède ;
- > la prescription de traitement établie par un médecin spécialiste;
- > QI, audiogramme,... en fonction du type de trouble.

Votre avantage Mutualia



En cas de refus d'intervention de l'assurance obligatoire, Mutualia intervient à raison de **5 € par séance de logopédie** avec un maximum de 75 € par an et sur prescription d'un médecin spécialiste.

En cas d'accord d'intervention de l'assurance obligatoire, Mutualia intervient à raison de **3 € par séance**, en plus du remboursement de l'assurance obligatoire.

Test de QI

Mutualia intervient à raison de **10 € par an** dans le cadre d'un traitement logopédique.

ZONE DE POLICE FAGNES



SENIOR FOCUS®

La zone de Police Fagnes est attentive, depuis de nombreuses années, au sort des personnes âgées et aux problèmes qu'elles peuvent rencontrer. Les policiers se rendent à leur domicile, des séances de remise à niveau du permis de conduire sont organisées en partenariat avec la Police fédérale, des séances d'information concernant les vols par ruse sont proposées,...

Pour aller encore plus loin et offrir un service supplémentaire et totalement gratuit à la population, la zone de Police Fagnes a développé, en février 2017, le concept « SENIOR FOCUS » créé par la zone de Police Boraine.

LES PREMIERS INSTANTS SONT CAPITALS...

Lors de la disparition ou en cas de malaise d'une personne, la recherche d'informations rapide et active est primordiale, voire vitale. L'expérience de terrain a convaincu les policiers de la nécessité de pouvoir agir immédiatement lors de ces deux cas de figure.

Si la personne vit seule, la tâche s'avère plus ardue encore pour rassembler les premiers renseignements nécessaires. De même, l'entourage n'est parfois pas en mesure de communiquer l'ensemble des éléments utiles par méconnaissance ou tout simplement parce qu'il est submergé par l'émotion de la situation.

En cas de disparition et afin de débiter l'enquête et les recherches, les policiers doivent disposer rapidement de certains éléments : la photographie récente du disparu, ses signes distinctifs comme ses tatouages, une barbe, des cicatrices,... ses habitudes de vie, son lieu de recueillement, ses lieux fréquentés,... Lorsqu'il s'agit d'un malaise, les services de secours doivent avoir à portée de main tous les renseignements médicaux indispensables à une bonne prise en charge rapide et adaptée : liste des médicaments, allergies, maladies,... En effet, les premiers instants, dès la constatation d'un malaise, sont capitaux. Il n'y a pas une minute à perdre !

Votre frigo peut vous sauver la vie !

«SÉNIOR FOCUS», QU'EST-CE QUE C'EST ?

Sénior Focus, c'est la mise en place d'un questionnaire détaillé et adapté afin d'obtenir rapidement les informations nécessaires en cas d'intervention.

D'un point de vue pratique, ce questionnaire sera conservé dans une boîte hermétique de couleur jaune fluo placée dans la porte du frigo. Ce lieu n'a pas été choisi par hasard puisqu'il s'agit non seulement d'un électroménager que tout le monde possède mais également d'un lieu facilement identifiable. En effet, Il est important qu'il y ait une cohérence, une uniformité au niveau de l'endroit afin de faciliter le travail des premiers intervenants.

C'est un autocollant coloré et placé à proximité ou au dos de la porte d'entrée qui préviendra les premiers intervenants de la présence de la boîte «Senior Focus» dans le frigo.

LE QUESTIONNAIRE

Le questionnaire que l'on retrouve dans la boîte reprend toutes les informations essentielles de la personne âgée comme son nom et prénom, sa date de naissance, son numéro national, ses signes distinctifs, une photo récente, une liste des médicaments indispensables ainsi qu'une liste de ses maladies ou allergies ou encore le numéro et les coordonnées des personnes de contact.

Vous souhaitez obtenir plus d'informations ?

Zone de Police Fagnes - Service Prévention | Avenue Reine Astrid 234 - 4900 SPA | Tél. 087 / 79 33 60 – 62 ou 65 | www.policelocale.be/5287

Obtenir votre «Kit Senior Focus»



Chaque personne âgée de 65 ans et plus, domiciliée dans l'une des trois communes formant la zone de Police Fagnes (SPA – THEUX – JALHAY) pourra bénéficier de cette boîte (une par ménage), du (des) questionnaire(s) et de l'autocollant et ce, de manière totalement gratuite.

Vous pouvez retirer votre kit « Sénior Focus » ou celui de vos parents (sur base d'une carte d'identité) dans votre antenne de police de Spa, Theux, ou Jalhay ou bien lors de permanences organisées dans votre commune.

Les policiers de quartier iront également à la rencontre des personnes résidant dans leur quartier. Leur mission première sera d'offrir la boîte et d'expliquer son intérêt et ses avantages. Au-delà du projet, cette visite permettra également de (re)créer un lien entre le senior et « son » policier de quartier, de mettre un visage sur un nom.

Votre avantage Mutualia



Vous avez plus de 65 ans ?
Bénéficiez de notre service d'aide au domicile.

Un personnel qualifié à domicile pour la réparation, la rénovation, les petits travaux de la maison et l'entretien des jardins (hors tonte pelouse) à raison de 12 € par heure (10 € pour les BIM).

Ostbelgien

Les nouvelles règles pour aller se faire soigner en Allemagne



Ce sont 14 communes verviétoises qui, depuis le 1^{er} juillet, sont impactées par la nouvelle disposition Ostbelgien. Cette nouvelle disposition succède à l'accord de coopération IZOM («Intégratie zorg op maat», ou «Soins de santé sur mesure») et permet à de nombreux Belges habitant les provinces de Liège et du Limbourg de se faire soigner dans un pays étranger, tout en bénéficiant de formalités administratives assouplies.

La disposition Ostbelgien prévoit de nouvelles conditions et modalités de remboursement pour les patients provenant de 14 communes de l'Est du pays*, qui consultent des prestataires de soins actifs dans la région d'Aix-la-Chapelle ainsi que dans les arrondissements de Bitburg, Daun et Prüm. Parmi les nouvelles modalités mises en place, ces patients devront désormais payer leurs visites chez le médecin ou le spécialiste avant d'être remboursés par leur mutuelle.

Si un patient se rend de sa propre initiative chez un médecin ou un spécialiste en Allemagne, le remboursement auquel il aura droit atteindra 75% du montant s'il ne dépasse pas 200 €. En revanche, si la facture dépasse 200 €, ses soins lui seront remboursés selon la réglementation belge. Si c'est un médecin ou un spécialiste belge qui a redirigé le patient vers un confrère allemand, alors le patient pourra demander un formulaire S2 à sa mutuelle. Délivré sur avis médical, ce formulaire garantira au patient que ses soins ou une éventuelle hospitalisation seront pris en charge suivant la réglementation allemande. L'Allemagne réclamera ensuite les montants pris en charge auprès de l'INAMI.

Avec l'accord IZOM, c'était environ 15 000 demandes par an qui étaient introduites. Soit pas moins de 5 245 480,40 € récupérés par l'Allemagne auprès de la Belgique pour des soins de santé transfrontaliers en 2015.

*Cette nouvelle disposition concerne uniquement les habitants de 14 communes de l'Est du pays : les communes germanophones d'Eupen, La Calamine, Lontzen, Raeren, Amblève, Bullange, Burg-Reuland, Bütgenbach, Saint Vith ainsi que 5 communes francophones voisines de l'Allemagne : Malmedy, Waimes, Baelen, Plombières et Welkenraedt.

Ostbelgien- Regelung wird offiziell

Am Montag, dem 19. Juni genehmigte der Versicherungsausschuss des Landesinstituts für Kranken- und Invalidenversicherung (LIKIV) die neue Ostbelgien-Regelung für die grenzüberschreitende Gesundheitsversorgung. Diese Regelung wurde von den belgischen Krankenkassen, der DG und dem LIKIV ausgearbeitet, um ostbelgischen Patienten weiterhin eine fachärztliche Behandlung in der deutschen Grenzregion zu ermöglichen. In einer Pressekonferenz gaben die Krankenkassen und die Regierung offiziell bekannt, dass die Ostbelgien-Regelung ab dem 1. Juli in Kraft tritt.

Bisher war es vor allem das Izom-Abkommen, das den Bürgern der Euregio die Möglichkeit bot, sich von einem Facharzt in den jeweiligen Grenzgebieten behandeln zu lassen. Am 19. Dezember 2016 wurde das Abkommen vom LIKIV beendet. Zu den Gründen zählen unter anderem die steigenden Verwaltungskosten für die deutschen Krankenkassen, die Einführung der Patientenmobilitätsrichtlinie der EU, mangelnde finanzielle Transparenz des Systems sowie Umgehung belgischer Bestimmungen in manchen Fällen.

Die Krankenkassen zählen insgesamt 15 000 Anfragen auf grenzüberschreitende Versorgung (IZOMAKten). Das Gesamtbudget für die Abwicklung dieser Leistungen umfasst rund 7 Millionen Euro. Auf

Grund des Risikos, dass es statt einer Sonderregelung möglicherweise ausschließlich die EURichtlinie zur grenzüberschreitenden Gesundheitsversorgung gegeben hätte, arbeiteten die Krankenkassen in einer Übergangsphase von 6 Monaten an einem alternativen Vorschlag, der gestern offiziell angenommen wurde.

EINE ALTERNATIVE FÜR OSTBELGIEN

Bei diesem alternativen Vorschlag handelt es sich um eine Lösung für ostbelgische Patienten, die fachärztliche Versorgung im deutschen Grenzraum in Anspruch nehmen. Hierzu richtete das LIKIV eine Arbeitsgruppe ein, der auch Vertreter der Krankenkassen und der DG angehören. Diese Gruppe hat seitdem zehn Mal getagt. Am 10. Februar 2017 fand außerdem eine Arbeitssitzung in Eupen statt, bei der die regionalen Krankenkassen ihre Vorschläge unterbreiteten. An der Sitzung nahmen auch Vertreter der Vertrauensärzte sowie Vertreter der hiesigen Krankenhäuser teil. Anschließend wurde die heute vorliegende Ostbelgien-Regelung ausgearbeitet. Die neue Ostbelgien-Regelung stützt sich zwar teilweise auf die Anwendung der EU-Vorschriften, ist aber eine rein belgische Regelung, die ausschließlich für Einwohner folgender Gemeinden gilt, die Gesundheitsleistungen im Raum Aachen, Bitburg-Prüm oder Daun in Anspruch nehmen: Eupen, Kelmis, Lontzen, Raeren, Amel, Büllingen, Burg-Reuland, Bütgenbach, Sankt Vith, Malmedy, Weismes sowie Baelen, Plombières und Welkenraedt.

BETROFFENE BEREICHE

Ambulante fachärztliche Behandlungen, Krankenhausaufenthalte, paramedizinische Leistungen, Medikamente und Hilfsmittel sind direkt von dieser neuen Regelung betroffen. Patienten, die sich auf eigene Initiative für eine ambulante Behandlung zu einem deutschen Facharzt begeben, der im deutschen Geltungsbereich der Ostbelgien-Regelung seine Tätigkeit ausübt, müssen das vom Facharzt geforderte Honorar vorstrecken und können anschließend eine Erstattung bei ihrer belgischen Krankenkasse beantragen.

Sie müssen keine Honorarkosten vorstrecken, wenn sie einen Anspruchsschein (S2) von ihrer belgischen Krankenkasse erhalten haben. Dieser Anspruchsschein wird bei psychiatrischen oder kinderpsychiatrischen Behandlungen, bei einer schriftlichen Überweisung eines belgischen Facharztes oder Kinderfacharztes und bei bildgebenden Verfahren (CT-Scan, Kernspintomographie,...) ausgestellt.

Die bildgebenden Maßnahmen kann nur der im Rahmen der Ostbelgien-Regelung tätige deutsche Facharzt auf einfache Anfrage einleiten. Werden diese von einem belgischen Facharzt angefragt, ist eine vorherige vertrauensärztliche Genehmigung erforderlich und die belgischen Bedingungen sind anwendbar.

Von der Kostenübernahme sind auch die Leistungen ausgeschlossen, die nicht im Leistungsverzeichnis der belgischen gesetzlichen Krankenversicherung vorgesehen sind, beispielsweise Akupunktur, Osteopathie und Psychologie.

Für Arzneimittel und andere Hilfsmittel, die in Deutschland gekauft werden, muss der Patient selbst zahlen (zum Beispiel orthopädisches Material). Anschließend kann er eine Rückerstattung bei seiner belgischen Krankenkasse beantragen.

WEITERFÜHRENDE BEHANDLUNGEN

Weiterführende Behandlungen im stationären Bereich sind ebenfalls geregelt. Ein Facharzt in Deutschland, der

von einem Patienten im Rahmen der Ostbelgien-Regelung aufgesucht wurde, kann zu einer weiterführenden stationären Behandlung einen Anspruchsschein (S2) bei der Krankenkasse des Patienten beantragen. Dieser gilt für die Dauer des stationären Aufenthalts in einem Krankenhaus oder einer Tagesklinik.

SONDERREGELUNGEN

Die belgische Krankenkasse kann für fortdauernde stationäre Behandlungen eine Sondergenehmigung erteilen. Es handelt sich hier um Einzelfallentscheidungen. Allerdings müssen für diese Behandlungen für die Zeit nach dem 31. Dezember 2017 belgische Alternativen gefunden werden. In jedem Fall wird dem Patient angeraten, sich mit seiner Krankenkasse in Verbindung zu setzen.

ANHANG: FALLBEISPIEL

EIN BELGISCHER PATIENT AUS KELMIS BEGIBT SICH ZU EINEM AUGENARZT NACH AACHEN.



LA SOPHROLOGIE, et si vous «positiviez» votre vie ?



Se débarrasser de son stress, de ses angoisses, de ses doutes et de ses craintes permet de changer son comportement mais surtout de penser positif et ainsi de retrouver équilibre et bien-être. Apprenez à positiver grâce à la sophrologie, cette approche corps-esprit basée sur une technique de développement personnel.

D'OÙ VIENT LA SOPHROLOGIE ?

La sophrologie, des mots grecs sos (harmonie), phren (esprit) et logia (étude) signifiant l'étude des techniques permettant d'obtenir la sérénité de l'esprit, voit le jour dans les années 60. Mise au point à Madrid par le docteur Alfonso Caycedo, neuropsychiatre colombien, elle gagne très vite sa place au sein des thérapies par la relaxation.

QU'EST-CE QUE LA SOPHROLOGIE ?

Inspirée de l'hypnose et de disciplines orientales telles que le yoga ou le zen, la sophrologie est aujourd'hui considérée comme une science, une philosophie voire un art de vivre. En effet, cette méthode de relaxation psycho-corporelle a pour objectif de transformer nos angoisses ou nos phobies en pensées positives tout en favorisant l'équilibre et l'harmonie entre le corps et le mental.

La sophrologie s'appuie essentiellement sur la détente physique et psychique à partir d'exercices pratiques centrés sur la respiration, les sensations corporelles, la relaxation ou encore la visualisation.

COMMENT ÇA MARCHE ?

La plupart des séances se déroulent de manière individuelle, en position assise ou couchée, et sont adaptées aux besoins de chacun. L'heure est à la détente à travers des exercices de respiration, de concentration et de visualisation des parties du corps, sans contact physique.

Les visualisations qui sont proposées par le sophrologue varient selon les maux à traiter. Il existe deux types de méthodes : les relaxations dynamiques dont les techniques sont proches de celles de la méditation, du yoga, du bouddhisme ou encore du zen. Elles sont destinées à mieux connaître son corps, à relaxer mentalement, à stimuler l'hémisphère droit du cerveau et à élever les niveaux de créativité et d'intuition. Le sujet est initié à cette pratique par étapes. Avec l'expérience, le patient peut petit à petit réaliser ses séances lui-même, sans l'aide du praticien; ou les sophronisations durant lesquelles, après avoir aidé le patient à se détendre, le praticien opère par suggestions mentales sur lesquelles ils se sont préalablement entendus.

Pour amener la conscience hors de son état habituel, on utilise entre autres des exercices mentaux basés sur une dissociation ou un découplage sensoriel imaginaire. Par exemple, assis, les yeux fermés, les mains en coquille sur les oreilles, on devra imaginer que l'on entend de la musique classique de l'oreille droite et du jazz de l'oreille gauche.

INDICATIONS

La sophrologie procure de nombreux bienfaits tant au niveau de la conscience que du corps. Très bon outil de développement personnel, elle aide aussi à combattre le stress et à gérer la pression quotidienne. Bénéfique dans les cas de douleurs, de troubles du sommeil ou encore d'anxiété, elle est d'ailleurs très appréciée des sportifs lors de préparations aux compétitions sportives. Elle peut également être utilisée pour préparer un accouchement, un entretien ou pour développer un potentiel : apprendre à parler en public, enrichir la pratique d'un sport ou d'un instrument, améliorer la mémoire et la concentration dans les apprentissages scolaires,...

CONTRE-INDICATIONS

Sachez que la sophrologie est contre-indiquée en cas de psychose chronique ou de schizophrénie. Elle est également inutile en cas d'absence de motivation du patient.



BON CADEAU

1 HEURE DE SOPHROLOGIE GRATUITE

Sur présentation de ce bon lors de votre séance de sophrologie avec M^{me} Annie Turnauer, recevez une heure gratuite pour découvrir cet art de vivre*.

Informations et rendez-vous :

Annie Turnauer - tél. 0476 93 96 25
(A Chaumont-Gistoux, Limal et Uccle | Apd 7 ans)

Votre avantage Mutualia



Mutualia intervient à raison de **10 € par séance** avec un maximum de 70 € par an **lors de consultations en pratiques non conventionnelles** telles que : la sophrologie; l'homéopathie; l'ostéopathie; la kinésiologie; la chiropraxie; l'acupuncture; la mésothérapie; l'hippothérapie; la réflexologie; la naturopathie; et la micro-kiné; par un prestataire reconnu par Mutualia.

LES LACS ITALIENS (8 jours/7 nuits)

CIRCUIT EN AUTOCAR GRAND TOURISME
Lacs Majeur, de Côme, de Garde - Milan - Bergame - Sirmione - Vérone

à partir de **1335€** /pers.

VOLS A/R - **DEMI PENSION**

Départs le **3 et 24 septembre 2017** *

*Départs garantis à partir de 2 participants

 **généraltour**
TOUR OPERATEUR

 **Neptun cruises**
Luxembourg

GROUPE CROISIÈRE DANUBE (7 jours/6 nuits)

CROISIÈRE FLUVIALE À BORD DU MS SYMPHONIE NEW
Linz - Vienne - Budapest - Bratislava - Dürnstein - Melk - Linz

à partir de **1495€** /pers.

TRANSFERT EN AUTOCAR OFFERT - **PENSION COMPLÈTE**

Du **18 au 24 septembre 2017** *

*Départ garanti à partir de 20 participants

FESTIVAL AU TYROL (5 jours/4 nuits)

CIRCUIT EN AUTOCAR GRAND LUXE
La transhumance au Tyrol : Kitzbuhel, le festival musical
d'Oberndorf, Innsbruck et le Site Olympique

à partir de **499€** /pers.

PENSION COMPLÈTE

Départ le **29 septembre 2017**

 **généraltour**
TOUR OPERATEUR

 **généraltour**
TOUR OPERATEUR

VIENNE MAJESTUEUSE (7 jours/6 nuits)

CIRCUIT EN AUTOCAR GRAND LUXE

à partir de **899€** /pers.

PENSION COMPLÈTE

Départs le **14 août et 18 septembre 2017**



**5% DE RÉDUCTION
avec Mutualia**

Verviers - 087/30 80 99 - tourisme@mutualia.be | Wavre - 010/45 28 62 - tourisme-wavre@mutualia.be
Waterloo - 02/3515760 - tourisme-waterloo@mutualia.be | Ottignies - 010/413468 - tourisme-ottignies@mutualia.be
Retrouvez nos offres détaillées sur <http://tousenvadrouille.be/neutraworld> | **FACEBOOK**/Neutraworld
Toutes nos offres sont calculées sur base d'une chambre double et sous réserve de disponibilité.

LES BONS RÉFLEXES POUR SE PROTÉGER DU VIH/SIDA ET DES IST*

*INFECTIONS SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES



LA PRÉVENTION ÉVOLUE.
RENSEIGNEZ-VOUS
WWW.LES-BONS-REFLEXES.ORG



AViQ
Association pour une Vie de Qualité
Quinze - Quatre - Quinze

Francophones
en wallonie



Wallonie

