

## SE RÉINSÉRER PROFESSIONNELLEMENT APRÈS UNE INCAPACITÉ DE TRAVAIL

**PROBLÈMES INQUIÉTANTS À LA  
DIRECTION GÉNÉRALE DES  
PERSONNES HANDICAPÉES**

**REPRISE EFFECTIVE DES DOSSIERS  
D'ALLOCATIONS AUX PERSONNES ÂGÉES**

Anorexie et boulimie  
Lutter contre les troubles alimentaires

**TOUS EN VADROUILLE  
NOS VOYAGES JEUNES 2017**



# 1<sup>res</sup> mutualités

à intervenir dans le traitement  
d'immunothérapie allergénique

**60%** des frais\*  
remboursés

\* voir les conditions visées aux statuts

SANS  
PLAFOND  
ANNUEL

«Un traitement sur mesure qui agit  
directement sur le système immunitaire.  
Le seul qui **prévient et traite durablement**  
l'allergie !»



**Symbio**  
Mutualité Neutre



**Mutualia.be**  
Mutualité Neutre

# SOMMAIRE



## Votre mut'

- 04 Vos parcs d'attractions à prix réduits
- 05 Consultations psychologiques à tarifs préférentiels

### Verviers

- 07 Massage bébé, le bien-être de votre enfant
- 07 Nos horaires ont changé

### Bruxelles

- 08 Consultations diététiques
- 08 Fermetures exceptionnelles
- 09 Symbio et Mutualia au départ des 20 km de Bruxelles
- 09 Nos prochains évènements
- 10 Profitez d'une croisière spéciale séniors

## Actualités

- 11 Problèmes inquiétants à la DG des Personnes handicapées
- 12 Reprise effective des dossiers d'allocations aux personnes âgées

## Dossiers

- 13 Anorexie et boulimie  
Lutter contre les troubles alimentaires
- 14 Se réinsérer professionnellement après une incapacité de travail

## Partenaires

- 16 Tous En Vadrouille - Nos voyages jeunes 2017
- 18 «At Your Services» - Besoin d'aide à domicile ?



## Mutualia & SymbioMag

Magazine trimestriel

### COMITÉ DE RÉDACTION

C. DAUBY  
C. D'HULST  
M. HERBER  
C. GRÉGOIRE

### RÉALISATION ET MISE EN PAGE

M. HERBER

### SITE WEB

[www.mutualia.be](http://www.mutualia.be) & [www.symbio.be](http://www.symbio.be)

# LES ACTUALITÉS CHEZ SYMBIO ET MUTUALIA

*Tenez-vous au courant des dernières actualités de vos mutualités...*



## PARCS D'ATTRACTIONS À PRIX RÉDUITS GRÂCE À SYMBIO ET MUTUALIA

Vous êtes affiliés chez Symbio ou Mutualia, Mutualités Neutres ? Bénéficiez, dès maintenant, de prix réduits pour vos entrées aux parcs d'attractions.

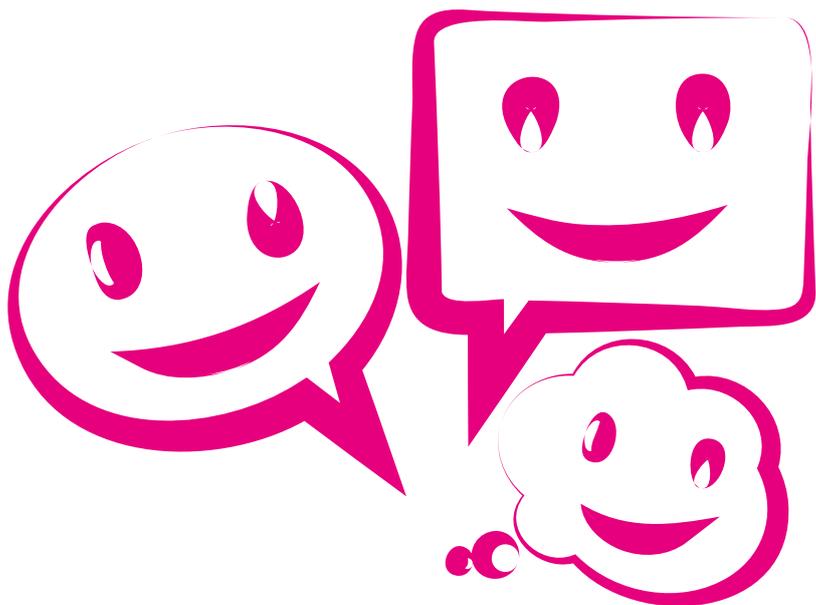
Profitez de tarifs réduits pour vos entrées à Walibi, Aqualibi, Bellewaerde, Pairi Daiza, Plopsa Coo, Plopsa La Panne, Plopsa Hasselt, Plopsaqua La Panne et Nausicaa.

Pour obtenir vos entrées à prix réduits, renseignez-vous auprès de votre délégué habituel.

<sup>1</sup>Dans les 4 parcs Plopsa, les enfants de moins d'un mètre paient 9,99 €

<sup>2</sup> Attention, les cartes sont valables pour 5 pers. jusqu'au 30 juin, pas de réduction possible en haute saison.

Parcs d'attractions	Prix de base	Prix réduits
Walibi	36,50 €	30 €
Aqualibi	21 €	15 €
Bellewaerde	32 €	27,50 €
Pairi Daiza	Adulte : 34 €	28,50 €
	Enfant (3-11 ans) : 29 €	23,50 €
Plopsa Coo <sup>1</sup>	24,99 €	14,99 €
Plopsa La Panne <sup>1</sup>	35,99 €	25,99 €
Plopsa Hasselt <sup>1</sup>	19,99 €	14,99 €
Plopsaqua La Panne <sup>1</sup>	19,99 €	14,99 €
Nausicaa	- 3 € par pers. <sup>2</sup>	



## VOS CONSULTATIONS PSYCHOLOGIQUES À TARIFS PRÉFÉRENTIELS

**N'hésitez plus à demander de l'aide !**

**Vous êtes affilié chez Symbio ou Mutualia, Mutualités Neutres ? Bénéficiez de tarifs préférentiels pour la consultation d'un psychologue ou d'un sexologue.**

Conscients des difficultés que peuvent parfois engendrer la situation économique et le rythme de vie imposé actuellement à tout un chacun, Symbio et Mutualia ont souhaité mettre en place une possibilité d'accompagnement ou de thérapie accessible à tous, que ce soit dans le cadre de séances individuelles, en couple, ou par l'organisation de discussions de groupe sur des thèmes bien définis.

Il n'est pas toujours facile de savoir quand se rendre chez un psychologue. Vous souffrez de stress, angoisse, mal-être, anxiété, burn-out ou encore de dépression ? Vous rencontrez des problèmes de couple ? Vous êtes en deuil ou souffrez de tocs, de troubles alimentaires ou de troubles post-traumatiques ? Vous souhaitez être accompagné dans votre reconversion professionnelle ou bien vous ou votre enfant rencontrez des problèmes d'apprentissage,... Nos psychologues sont à votre écoute et vous reçoivent en consultation à Verviers et à Schaerbeek à des tarifs préférentiels.

### Informations et rendez-vous

Jessy Keutiens, psychologue | Verviers | 0491/34 00 52

Sophie Szyal, psychologue | Schaerbeek | 0487/33 74 52

### Votre avantage complémentaire

Un remboursement de **10 € par consultation** chez un psychologue (6 séances maximum) ainsi qu'une intervention de **20 € lors d'un bilan psychologique**.

## N'OUBLIEZ PAS DE COLLER UNE VIGNETTE SUR CHAQUE DOCUMENT

**Afin d'améliorer ses performances et son service à la clientèle, votre mutualité a décidé de franchir le pas de la numérisation.**

Vos guichets en ligne «MyMutualia» et «MySymbio» vous permettaient déjà de nous faire parvenir toute une série de documents en ligne : demande d'intervention pour l'assurance complémentaire, documents d'affiliation,...

Depuis novembre dernier, nous numérisons progressivement tous les dossiers existants ainsi que tous les nouveaux documents qui nous parviennent. Pour encore plus d'efficacité et de rapidité, nous sommes passés à la digitalisation des attestations de soins de santé dans le courant du premier trimestre 2017.

Ce projet apportera de nombreux bénéfices tant pour nos affiliés que pour nos services : amélioration des conditions de travail des employés, amélioration de la qualité et de la rapidité des réponses aux affiliés, mise à disposition des informations via votre guichet en ligne, réduction des espaces de stockage, diminution de l'empreinte écologique,... Aidez-nous à atteindre ces objectifs !

En effet, une préparation minutieuse des documents à numériser est nécessaire en amont afin que le travail puisse s'effectuer sans encombre. Nous attirons votre attention sur **l'importance de coller une vignette d'identification sur chaque document qui nous parvient**. Sans cette vignette, vos documents devront être validés manuellement et seront donc traités moins rapidement que ceux qui nous parviennent correctement identifiés.

Nous attirons toutefois votre attention sur le fait que les attestations de soins donnés, les certificats et autres documents officiels doivent toujours nous parvenir par courrier en original papier.





# Attention !

## Fermetures trimestrielles

Pour mieux vous servir,  
toute l'équipe de Mutualia sera en formation

**Le 1er mardi de chaque trimestre.**

Nos bureaux seront donc fermés ces jours-là.



**Mutualia.be**  
Mutualité Neutre



## MASSAGE BÉBÉ, LE BIEN-ÊTRE DE VOTRE ENFANT

Participez à un cycle de 10 heures de cours pour découvrir cet art du massage dans un cadre convivial et sympathique...

De l'Afrique à l'Inde en passant par le Mexique, les mères massent leurs bébés depuis toujours. Le massage bébé n'est pas un phénomène de société, ni de mode à lancer, c'est restituer une pratique naturelle et saine.

Le toucher est un des moyens fondamentaux de communication de l'être humain. Au-delà de ces gestes, transmis de génération en génération, il y a toute la tendresse d'une mère. Ces gestes d'amour sont des moments privilégiés qui contribuent au développement affectif et intellectuel du bébé. Aujourd'hui, le massage est reconnu et pratiqué dans toute l'Europe.

Le bébé, hors de sa bulle de protection qu'est l'utérus, perd tous ses repères. C'est pourquoi il est important de le caresser et de le masser. Le massage bébé permet alors de prolonger l'impression de sécurité établie in utero. Ces gestes doux et tendres, ainsi que cet élan d'affection vont développer chez le nourrisson un sentiment de bien-être.

Différents thèmes seront abordés lors du cycle de cours : le massage tendresse, le massage contre les coliques, le massage contre la constipation, les huiles essentielles, le massage relaxant, la «bulle» ou la gym-éveil du bébé.

### COMMENT S'INSCRIRE ?

Débutez votre cycle le 16 mai, le 5 septembre ou le 7 novembre 2017 et rejoignez-nous tous les mardis à 10 heures durant 7 semaines consécutives.

Nous attendons maman ou papa accompagné de bébé entre 0 et 8 mois (prévoyez un linge, un sachet et 2 grandes serviettes éponges) chez Madame Chantal CROSSET, Kinésithérapeute spécialisée - Bois de Mario-mont 65, 4845 JALHAY - STEMBERT

#### Prix du cycle complet :

10€ pour les membres de Symbio/Mutualia et 50€ pour les non-membres.

Inscription par mail à l'adresse [info@mutualia.be](mailto:info@mutualia.be) ou au 087/31.34.45.

## NOS HORAIRES ONT CHANGÉ



Vous vous rendez régulièrement dans nos agences de Jalhay, Herve ou Heusy ? Attention, nos horaires ont changé !

#### ► Votre permanence de Jalhay

Rue de la Fagne, 33

Sera désormais uniquement ouverte le samedi de 09h00 à 12h00.

#### ► Votre permanence de Herve

Rue des Ecoles, 6

Sera désormais ouverte du mardi au vendredi de 08h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h00.

#### ► Votre permanence de Heusy

Rue de l'Usine, 2

Sera désormais ouverte 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.

## 500 langes offerts lors de la naissance de votre enfant



Achat  
de langes ?

En vente à prix  
fou chez  
ZENOLIA

Symbio  
Mutualia Neure

Mutualia.be  
Mutualia Neure



## CONSULTATIONS DIÉTÉTIQUES

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2017, l'agence Symbio Koekelberg vous propose un bilan diététique complet et un suivi personnalisé avec Jessie Alvin, notre diététicienne-nutritionniste agréée.

Vous désirez retrouver une alimentation saine ou être aidé dans la prise en charge d'une pathologie ? Jessie Alvin vous aidera à atteindre vos objectifs santé selon une approche rigoureuse et personnalisée.

Loin des régimes restrictifs, vous apprendrez à manger autrement et sans frustration. A être à l'écoute de vos sensations et à devenir autonome. Tous les conseils alimentaires seront proposés au départ de vos habitudes et les résultats se voudront progressifs et durables.

1 <sup>ère</sup> consultation - Bilan diététique 60 minutes	Suivis diététiques 30 minutes
<ul style="list-style-type: none"><li>• Récolte d'informations</li><li>• Bilan nutritionnel et diététique complet</li><li>• Point sur les habitudes alimentaires</li><li>• Analyse morphologique (taille, poids, indice de masse corporelle, masse grasse, masse maigre, masse hydrique, graisses viscérales,...)</li><li>• Objectifs et attentes</li><li>• Guidance alimentaire personnalisée et conseils diététiques pratiques</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Evaluer les progrès et/ou difficultés</li><li>• Mesurer l'évolution de la morphologie</li><li>• Entretenir la motivation</li><li>• Recettes et fiches thématiques</li><li>• Différents sujets sont abordés durant les suivis : faim, satiété, dégustation attentive, courses, étiquetage nutritionnel, repas à l'extérieur, culpabilité alimentaire,...</li></ul>
Prix membres : 45 € Prix non-membres : 50 €	Prix membres : 27 € Prix non-membres : 30 €

### Informations et rendez-vous

Jessie Alvin - 0471/80 60 54 - le jeudi de 12h à 19h et le vendredi de 8h à 16h  
[jessie.alvin@outlook.com](mailto:jessie.alvin@outlook.com) | [www.alvindietetique.com](http://www.alvindietetique.com)

### Votre avantage complémentaire

Une intervention de **12,50 € par consultation** chez un diététicien ou un nutritionniste (6 séances maximum) ainsi qu'un remboursement de **25 € lors d'un bilan** fait par un diététicien ou un nutritionniste en cas de surcharge pondérale, d'obésité ou d'anorexie.

## FERMETURES EXCEPTIONNELLES



Retrouvez la liste des fermetures exceptionnelles de vos agences Symbio ici :

### ▶ Le 26 mai 2017

Toutes nos agences seront fermées à l'exception du siège de Tervueren.

### ▶ Du 15 au 30 juillet 2017

Toutes nos agences seront fermées à l'exception du siège de Tervueren.



## CONTACTEZ NOTRE CALL-CENTER

Notre call-center sera uniquement accessible en matinée en juillet et août.

**02/733.97.40**

facebook®

Restez informés sur nos meilleurs avantages et suivez nos événements en nous rejoignant sur Facebook. N'hésitez pas à liker notre page !

▶ [FACEBOOK/SYMBIOCOM](https://www.facebook.com/SymbioCOM)



## RETROUVEZ SYMBIO ET MUTUALIA AU DÉPART DES 20 KM DE BRUXELLES

Cette année encore, rejoignez Symbio et Mutualia au départ des 20 km de Bruxelles, événement majeur de la capitale !

Le dimanche 28 mai 2017, prenez part à la 38<sup>ème</sup> édition de cette course à pied annuelle au coeur de Bruxelles. Rejoignez-nous sur le parvis du Cinquenaire et dans l'Autoworld pour supporter les vaillants coureurs ! Vous aurez également l'occasion de rencontrer nos partenaires : JoggingPlus, Group S, Handicap International, Justine For Kids,...

Vous souhaitez obtenir plus d'informations ?  
Rendez-vous sur le site [www.20kmdebruxelles.be](http://www.20kmdebruxelles.be).

## NOS PROCHAINS ÉVÈNEMENTS

### ► Tervueren en Fête

le 14 mai 2017 | Etterbeek, Woluwe-St-Pierre



### ► Les 10 km des Grottes

le 25 juin 2017 | Han-sur-Lesse



### ► Urban Arts Solidarity Festival

le 18 août 2017 | Place Flagey, Ixelles



### ► Bruxelloise

le 15 octobre 2017 | Stade Fallon, WSL



## Indépendants et employeurs

Restez concentré sur le cœur de votre activité !

Guichet d'entreprises  
Caisse pour indépendants  
Secrétariat social  
Allocations familiales  
Gestion des RH  
Assistance sociojuridique

[www.groups.be](http://www.groups.be)





## PROFITEZ D'UNE CROISIÈRE SPÉCIALE SÉNIORS

**Vous êtes affilié chez Symbio, Mutualité Neutre ? Vous avez 65 ans ou plus ? Profitez de notre offre exclusive. Montez à bord de notre croisière spéciale seniors le 30 mai prochain !**

Le printemps approche et l'envie se fait sentir de sortir, de se promener dans la nature et de profiter de quelques rayons de soleil.

Nous vous proposons de prendre l'air du large le temps d'une croisière à bord d'un superbe bateau à passagers qui possède tout le confort et les commodités nécessaires aux personnes âgées et à mobilité réduite.

Le bateau voguera sur le canal maritime Bruxelles Escaut dans Bruxelles et son port pour ensuite poursuivre sa navigation vers Vilvorde puis dans la superbe nature de la ceinture verte pour faire demi-tour devant la grande écluse de Zemst et revenir vers la capitale.

### Informations et réservations

**Date :** le mardi 30 mai 2017

**Départ et retour :** Quai de Heembeek, 1120  
Bruxelles (Chaussée de Vilvorde 13)

**Horaire :** de 13h30 à 16h30

**Prix :** 5 € pour les membres Symbio  
13,50 € pour les non-membres.  
Le goûter est inclus

Inscrivez-vous par mail via [events@symbio.be](mailto:events@symbio.be)  
ou par téléphone au 02/743.16.66 avant  
le 15 mai 2017 au plus tard. Le nombre de  
places est limité.

Attention, cette proposition est uniquement  
valable pour les membres Symbio.

# Problèmes inquiétants à la DG des Personnes handicapées

*Les problèmes s'accumulent pour le tout nouveau système «Myhandicap»*

Parmis les 600.000 personnes reconnues handicapées par le SPF Sécurité Sociale, ils seraient des milliers concernés par un bug informatique du nouveau logiciel «Myhandicap» de la Direction Générale des Personnes Handicapées.

## «My Handicap», les problèmes s'accumulent

Le tout nouveau système « My Handicap » doit permettre aux citoyens et travailleurs sociaux d'introduire des demandes et de consulter leur dossier en cours. Or, depuis sa mise en place le 23 janvier dernier, les problèmes s'accumulent.

D'une part, certaines personnes ne reçoivent plus leur aide financière. D'autre part, les services sociaux des mutualités, le CPAS et les communes ne parviennent plus à accéder aux dossiers et les échanges de flux informatiques ne sont plus automatisés. Le BIM, par exemple, n'est plus automatiquement détecté par votre mutualité. Dans un même temps, des problèmes récurrents d'encodage et de demandes sont relevés, notamment pour les allocations familiales majorées.

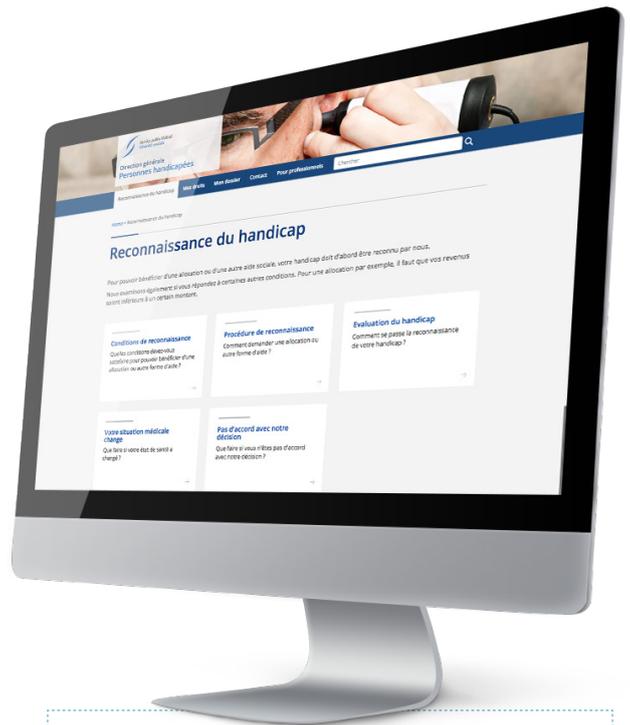
Par conséquent, la masse de travail s'accumule pour les travailleurs de la DG Personnes handicapées. En effet, il apparaît qu'aucune décision n'a été prise pour les dossiers en cours depuis deux mois et le délai de réponse s'est vu considérablement allongé. Actuellement, on estime ce dernier à 8 mois. La ligne téléphonique du DG Personnes Handicapées, elle, n'est plus accessible en raison des retards en cours.

Parrallèlement, des répercussions sont observées sur le nouveau logiciel informatique développé en Flandre pour la reprise des dossiers d'allocations aux personnes âgées résidants en Flandre.

Conjointement au monde associatif, les mutualités ont dénoncé cette situation intenable et réclament des engagements rapides à la Direction Générale des Personnes handicapées (DGPH). Cette dernière assure mettre tout en œuvre pour résoudre les problèmes du nouveau logiciel informatique et réduire la charge de travail.

### **Vous avez des questions sur votre dossier handicap ?**

Nous vous invitons à utiliser le formulaire de contact sur le site <http://handicap.belgium.be> dans l'attente d'une solution définitive.



## «My handicap», la nouvelle procédure de demande

La nouvelle plateforme en ligne «Myhandicap» avait vu le jour dans le but d'épargner au citoyen ce processus de longue haleine qu'était une demande de reconnaissance de handicap : de nombreuses formalités administratives, des formulaires papier à remplir et à renvoyer par la poste tout en passant obligatoirement par un service «agrégé».

En effet, la DGPH promettait un questionnaire interactif en ligne qui devait permettre au citoyen d'introduire une demande d'allocation ou de carte de stationnement plus facilement et surtout plus rapidement.

# Reprise effective des dossiers d'allocations aux personnes âgées

*L'APA transférée à la Communauté flamande pour les citoyens résidents en Flandre*

**Vous avez plus de 65 ans et vous avez de plus en plus de difficultés pour accomplir vos tâches quotidiennes ? Se laver, manger, cuisiner devient compliqué ? Vous avez peut-être droit à l'allocation d'aide aux personnes âgées.**

Jusqu'il y a peu l'APA (allocation d'aide aux personnes âgées) était accordée par le SPF Sécurité Sociale à tous les Belges, sans distinction de régions. Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2017, cette dernière a été transférée à la Communauté flamande pour tous les citoyens résidant en Flandre.

## Vous habitez en Flandre ?

En effet, suite à la 6<sup>ème</sup> réforme de l'Etat, cette compétence est régionalisée et c'est la Flandre qui initie le mouvement.

Désormais, les citoyens vivant en Flandre et qui souhaitent introduire une nouvelle demande d'allocations aux personnes âgées doivent donc s'adresser à leur caisse de soins « Zorgkas » et non plus introduire une demande auprès du SPF.

Aucun changement cependant pour ceux qui bénéficiaient déjà d'une allocation d'aide aux personnes âgées et qui restent en Flandre. Leur dossier sera automatiquement transféré à leur caisse de soins. Ils ne doivent donc accomplir aucune démarche supplémentaire et continueront à percevoir leur aide financière.

## Vous habitez en Wallonie ou à Bruxelles ?

Pour les citoyens habitant Bruxelles ou la Wallonie, Le SPF Sécurité Sociale continuera à traiter votre dossier et votre demande pour l'allocation d'aide aux personnes âgées.

## Vous déménagez ?

Vous déménagez de la Flandre vers Bruxelles ou la Wallonie et vous percevez une allocation d'aide aux personnes âgées ou avez un dossier en cours ? Il vous faut contacter le SPF endéans les 3 mois après votre déménagement

**“ Désormais, les citoyens vivant en Flandre et qui souhaitent introduire une APA doivent s'adresser à leur caisse de soins ”**

afin de transférer votre dossier. Si votre déménagement s'effectue de la Wallonie ou de Bruxelles vers la Flandre, c'est votre caisse de soins «Zorgkas» qu'il vous faudra contacter.

## Quelles sont les conditions pour bénéficier de l'APA ?

**Vous habitez à Bruxelles, en Wallonie ou en communauté germanophone ? Vous pouvez demander l'allocation d'aide aux personnes âgées auprès du SPF Sécurité Sociale.**

Les conditions restent inchangées :

- Vous pouvez demander votre APA au plus tôt le jour de votre 65<sup>e</sup> anniversaire;
- Votre handicap doit être reconnu par les médecins du SPF Sécurité Sociale. Vous devez obtenir au moins 7 points sur l'échelle d'autonomie;
- Vous devez être inscrit au registre de la population;
- Vous devez être domicilié en Belgique et y séjourner effectivement;
- Vos revenus ne peuvent excéder un certain montant.

## Votre «Zorgkas» des Mutualités Neutres ?

Neutrale Zorgkas Vlaanderen | Antwerpsestraat, 145 - 2500 LIER | Tél. 03/491 86 60 - [info@neutralezorgkas.be](mailto:info@neutralezorgkas.be)

# ANOREXIE ET BOULIMIE

## Lutter contre les troubles alimentaires

*Un numéro d'appel unique pour lutter contre l'anorexie et la boulimie...*

Anorexie et boulimie: deux troubles du comportement alimentaire (TCA) qui touchent environ 1.250 personnes supplémentaires chaque année, en Belgique. Les TCA touchent principalement les jeunes filles entre 15 et 19 ans, soit 40% des cas recensés en Belgique, mais touchent également les garçons et les adultes.

### L'anorexie

L'anorexie, aussi appelée anorexie mentale, est une maladie à part entière durant laquelle la personne n'arrive plus à se nourrir de manière suffisante pour les besoins de son métabolisme. L'équilibre des énergies ingérées-dépensées est rompu, les dépenses étant nettement supérieures aux apports.

L'anorexie se caractérise surtout par une vision du corps altérée : la personne se voit grosse alors qu'elle ne l'est pas et est, au contraire, bien souvent trop maigre. A ce premier trouble s'ajoute une grande hyperactivité et, chez les jeunes femmes, la disparition des menstruations.

### La boulimie

La boulimie, elle, se caractérise par l'ingestion excessive d'aliments sur un laps de temps limité. Ces crises s'accompagnent généralement d'un sentiment de perte de contrôle, de culpabilité et de dégoût de soi. Dans la majorité des cas, elles ont lieu plusieurs fois par semaine, dans un grand isolement. Ces crises peuvent notamment engendrer des comportements compensatoires pour ne pas prendre trop de poids : vomissements provoqués, abus de laxatifs, activité physique excessive, etc

### Infor Ecoute Anorexie Boulimie

Après les accidents de la route, ces troubles représentent la deuxième cause de mortalité chez les jeunes. Ce constat, ainsi que «le peu de structures qui les prennent en charge en Belgique francophone (Liège, Bruxelles et Braine-l'Alleud) et le manque d'informations en la matière»,



ont décidé Nathalie Decoo, responsable de l'ASBL Anorexie Boulimie Ensemble, à ouvrir en octobre dernier une ligne téléphonique au bout de laquelle informations et orientations sont proposées.

Avec cette ligne, trois permanences de 2h par semaine sont organisées, deux tenues par les associations de patients/proches (mercredi-vendredi) et une troisième effectuée par des professionnels (lundi).

### Les chiffres

Les chiffres témoignent de l'utilité du service : «*Nous recevons six à neuf appels par semaine, indique Nathalie Decoo. La moitié sont des proches, l'autre des personnes malades elles-mêmes. 60% concernent l'anorexie, 30% la boulimie et 10% l'hyperphagie (manger à outrance sans développement de comportements compensatoires)*». Les appelants cherchent une structure de soins (48%), des infos sur la maladie (33%) ou sur les groupes de soutien (14%).

Interpellant : l'âge moyen des personnes au téléphone est de 24-25 ans. «*Cela signifie qu'il n'y a pas encore de prise en charge précoce de la maladie qui se déclare souvent durant l'adolescence.*» Les symptômes sont difficilement reconnaissables et des stratégies élaborées cachent les comportements compensatoires, ce qui ne facilite pas leur identification. D'où l'utilité d'une ligne d'appel pour en parler...

#### Contactez la ligne Infor Ecoute Anorexie Boulimie

Permanences: lundi - mercredi - vendredi de 12h à 14h  
[www.anorexie-boulimie.be](http://www.anorexie-boulimie.be) | [info@anorexie-boulimie.be](mailto:info@anorexie-boulimie.be)

# Se réinsérer professionnellement après une incapacité de travail

«Le trajet de réintégration» accompagne les travailleurs en incapacité de travail de longue durée

Ces dernières années, on constate une hausse exponentielle de l'absentéisme de longue durée. Le gouvernement a donc envisagé un «trajet de réintégration» sur mesure, qui a pour but d'accompagner les travailleurs en incapacité de travail de longue durée vers un travail adapté ou un autre travail temporaire ou définitif.

On le sait, la matière première d'une entreprise est son personnel. Il se doit d'être qualifié, compétent, méticuleux, proactif et polyvalent,... des compétences de plus en plus strictes étant donné les lourds investissements que demande la mise en place d'une société, les exigences économiques mais, aussi le coût inférieur de la main-d'œuvre dans certains pays voisins. Des exigences qui tendent à fatiguer le travailleur.

En effet, l'année 2016 recensait plus de 370.000 travailleurs en maladie de longue durée. Par longue durée, on entend les absences de plus d'un an dont les causes principales seraient le vieillissement et le stress chronique. Les travailleurs plus âgés seraient absents pour de plus longues périodes suite à l'usure de leur système articulaire. Quant au stress chronique : l'âge de la pension retardé, les objectifs de plus en plus pointus à atteindre et l'insécurité dans le cadre professionnel en seraient directement responsables.

## Encourager les employeurs à réintégrer les travailleurs après 4 mois d'incapacité

Encourager les employeurs à réintégrer les travailleurs après 4 mois d'incapacité ? C'est le débat qui a été lancé par la Ministre Maggie De Block à travers son Arrêté royal entré en vigueur le 1<sup>er</sup> décembre 2016.

Et maintenant ? En tant qu'employeur, vous pouvez donc désormais démarrer vous-même un parcours de réintégration pour vos employés après quatre mois de maladie.



Avec ce nouvel Arrêté royal, les pouvoirs publics entendent stimuler la réintégration des travailleurs malades de longue durée qui ne peuvent exercer, de manière définitive ou temporaire, le travail convenu. Il a cependant deux exceptions : les travailleurs victimes d'un accident de travail ainsi que ceux souffrant d'une maladie professionnelle.

## Le parcours de réintégration

Le parcours de réintégration comporte deux étapes. D'une part, une évaluation de la réintégration par le conseiller en prévention-médecin du travail (CPMT) et d'autre part, un

plan de réintégration élaboré par l'employeur et rédigé dans un délai de 55 jours ouvrables.

Le parcours de réintégration peut être enclenché par trois parties. Il peut être initié par le travailleur ou par son médecin traitant. Dans ce cas, le CPMT sera chargé de prévenir l'employeur et le médecin-conseil. Il peut aussi être initié par le médecin-conseil de l'assurance maladie-invalidité. Ici, le CPMT ne devra prévenir que l'employeur. L'employeur peut, lui aussi, initier un parcours de réintégration à partir de 4 mois d'incapacité de travail ou lorsqu'il reçoit un certificat d'incapacité définitive du médecin traitant. Le CPMT préviendra alors le médecin-conseil.

Les travailleurs ont donc la possibilité d'entamer un parcours de réintégration depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2017, quelle que soit la date de début de leur incapacité de travail. Les employeurs, eux, ont la possibilité d'initier un parcours de réintégration pour les incapacités de travail qui ont commencé le 1<sup>er</sup> janvier 2016. Concernant les incapacités de travail qui ont commencé avant le 1<sup>er</sup> janvier 2016, il faudra attendre le 1<sup>er</sup> janvier 2018.

### L'évaluation de la réintégration par le CPMT

Le rôle du CPMT consiste à analyser si le travailleur sera apte, à terme, à effectuer le travail convenu. Cette première étape est déterminante dans la décision de réintégration. Il examine ensuite le poste de travail du travailleur et son environnement de travail. Enfin le CPMT remet sa décision dans un formulaire d'évaluation de la réintégration. L'employeur et le travailleur en reçoivent un exemplaire. Exemplaire qui fera dorénavant partie du dossier médical du travailleur. Cette évaluation doit être clôturée dans les 40 jours après réception de la demande de réintégration.

### Les 5 décisions possibles du CPMT

Le CPMT peut rendre différentes décisions en fonction de son évaluation. Il y a, en tout, 5 scénarios possibles.

Premièrement, il peut décider que le travailleur peut reprendre le travail à terme. Un travail adapté ou un autre travail sont possibles provisoirement. Le CPMT détermine alors les modalités d'un travail adapté ou d'un autre travail et le moment d'une nouvelle évaluation.

Deuxième scénario possible, le travailleur pourra, à terme, reprendre le travail mais ne peut provisoirement pas travailler. Le CPMT détermine alors quand une réévaluation aura lieu et en avertit le médecin conseil.



Le CPMT peut aussi conclure que le travailleur est définitivement incapable de reprendre le travail convenu. Si un travail adapté ou un autre travail chez le même employeur est possible, l'employeur aura 12 mois pour élaborer son plan de réintégration.

Dans le cas où le travailleur ne peut pas non plus effectuer un travail adapté ou un autre travail, le CPMT en avertit le médecin-conseil et le parcours de réintégration n'est alors pas poursuivi.

Il se peut que le CPMT estime qu'il n'est pas opportun, pour des raisons médicales, d'initier un parcours de réintégration. Il en avertit alors le médecin-conseil et procède à une réévaluation tous les deux mois.

### Un rôle préventif

Le CPMT, c'est aussi et surtout un rôle préventif qui encourage les entreprises à maintenir un contact régulier avec leurs travailleurs malades dans le but d'éviter un certain isolement et de leur manifester une reconnaissance. Cela peut entraîner une reprise du travail plus rapidement, reprise qui devrait également être coachée par un accompagnateur.

Bref, tout un débat pour trouver un équilibre entre la rentabilité certaine nécessaire aux employeurs et la recherche d'épanouissement et de bien-être indispensable aux travailleurs...

# TOUS EN VADROUILLE

## Nos voyages jeunes 2017

Réservation sur [www.tousenvadrouille.be](http://www.tousenvadrouille.be) ou dans votre agence Mutualia Verviers

### SÉJOURS EN BELGIQUE

#### Top Chef Academy

Non membre: 355€

Membre  
110€

01-08/07/2017 | 9-12 ans | Transport en train (Bruxelles-Midi)

Apprends à cuisiner de bons petits plats, à créer un buffet, des potages et des desserts savoureux ! Tu suivras environ 3 heures de cours par jour avec un instructeur expérimenté et passionné, dans une cuisine spécialement équipée pour toi. Au programme : initiation aux bases de la cuisine, au vocabulaire culinaire, à la pyramide alimentaire d'hygiène, à l'art de la table,... Des activités sportives et ludiques compléteront ces fabuleuses journées !

#### Les enfants du cirque

Non membre: 420€

Membre  
130€

01-08/07/2017 | 6-9 ans | Transport en train (Bruxelles-Midi)

Tu es le clown de ton entourage ? Tu jongles avec tout ce qui te tombe sous la main ? Ce stage est fait pour toi ! Tu apprendras les bases de la jonglerie, de l'acrobatie, du jeu d'acteur et de l'équilibre. En fin de stage, la patience, l'adresse, l'écoute et le respect seront nécessaires pour monter, avec la troupe, votre propre spectacle.

#### Le Chat Botté - Eau Soleil

Non membre: 470€

Membre  
190€

15-22/07/2017 | 10-12 ans | Transport en train (Verviers)

Retrouve-nous sur une plage privée, à deux pas du Chat Botté ! Cette bande de sable blanc, étroitement surveillée par les sauveteurs, se prêtera à une foule de sports d'eau et de plage : surf, char à voile, raft, kite, beach-volley, football brésilien, beach-hockey, frisbee et une poignée d'autres New Games... sensations et amusement seront au rendez-vous ! Ces stages sont bilingues avec possibilité de prendre l'option langue le matin.

#### Le Chat Botté - Multisports

Non membre: 480€

Membre  
195€

15-22/07/2017 | 8-12 ans | Transport en train (Verviers)

Tu aimes toucher à tout et t'occuper de mille manières différentes ? Tu aimes regarder le sport à la télé ou au stade ? Nous avons pensé à un stage idéal pour toi : le stage multisport ! Au programme : tennis, badminton, kayak, football, basket, hockey, baseball, danse, aérobic, squash, sports nautiques ou encore go-cart. Mais aussi bricolage, karaoké, potager, cuisine, chasse au trésor et bouteille à la mer... et pour un dépaysement total, nous t'emmènerons pour une journée dans un endroit de rêve.

#### Le Chat Botté - Coast adventure

Non membre: 470€

Membre  
190€

15-22/07/2017 | 13-15 ans | Transport en train (Verviers)

Au programme de ce séjour haut en couleur : char à voile, surf, rafting, kayak, initiation au kite, bodyboard, paddle, beach-volley,... Pour ceux qui le souhaitent, ce stage est aussi proposé entièrement en néerlandais en immersion réelle.

#### Le Fagotin - A la ferme

Non membre: 300€

Apd  
100€

24-28/07/2017 | 3-6 ans | Transport non compris

31/07-06/08/2017 | 6-9 ans | Transport non compris

C'est au coeur d'une ancienne ferme familiale que vos enfants pourront découvrir toutes les joies de la vie à la ferme. Qu'il s'agisse de soigner les animaux, traire les chèvres et les vaches pour faire du fromage, faire du pain, observer la ruche ou monter à dos d'ânes... ils profiteront pleinement de la nature.

#### Sous haute protection

Non membre: 435€

Membre  
160€

31/7-10/08/2017 | 9-12 ans | Transport en train (Bruxelles-Midi)

Un grand butin a été saisi par la mafia. Notre objectif : le récupérer ! Collaboration, stratégie et discrétion sont les maîtres mots de ce séjour pour pouvoir parvenir à mener à bien notre enquête. Prends la forteresse d'assaut et infiltre-toi en son sein pour récupérer le butin ! Tout sera mis en oeuvre pour devenir un super agent secret et réussir ta mission.

#### Poney-Club

Non membre: 530€

Membre  
220€

10-20/08/2017 | 8-12 ans | Transport en train (Bruxelles-Midi)

Tu grimperas sur le dos de magnifiques poneys, sous le regard attentif des maîtres équestres et des palefreniers. Tu t'en occuperas de manière responsable : il faudra les soigner, les brosser, leur donner à manger... le tout dans un lieu verdoyant et une ambiance conviviale.

#### Education équestre

Non membre: 530€

Membre  
265€

10-20/08/2017 | 13-16 ans | Transport en train (Bruxelles-Midi)

Tu participeras à des activités équestres et pour que le contact avec le cheval soit complet, tu apprendras aussi à le soigner et à entretenir son box. Tu travailleras ta position, ton équilibre, le trot, les 3 allures et un parcours d'obstacles en fonction de ton niveau.



3 à 17 ans

ÉTÉ 2017

## SÉJOURS À L'ÉTRANGER

### Relax & Enjoy - Espagne

Non membre: 780€

Membre  
400€

07-16/07/2017 | 16 ans et + | Transport en car (Bruxelles-Midi)

Un séjour détente dans un camping étoilé...

Au programme : Aquabrava, croisière en bateau lumineux, visite de Gérone et de Barcelone ! Pour le fun, nous organiserons une Pool-Party privée ainsi qu'une soirée typique espagnole avec paëlla et petite séance de cours de danses espagnoles pour les amateurs. La cerise sur le gâteau sera une fabuleuse croisière à bord d'un grand catamaran au coucher du soleil ! Effet garanti ! En dehors des activités, nos animateurs proposeront un programme varié en fonction de tes envies et de ton tempérament.

### Sports nautiques & Fun - Espagne

Non membre: 775€

Membre  
400€

14-23/07/2017 | 12-15 ans | Transport en car (Bruxelles-Midi)

Les sports nautiques te tentent ? Rejoins-nous !

10h d'entraînement encadrées par des instructeurs expérimentés. Selon les conditions météo, un package d'activités te sera proposé, tel que : windsurf, landkite et stand up paddle (SUP) et beachgames. En dehors des cours, d'autres activités sensas seront au programme : une heure fabuleuse à bord d'un grand catamaran, la visite de Barcelone, une journée à l'Aquabrava (une après-midi fun avec piscine en plein air), disco light (soirée privée) sans oublier les animations proposées par notre super équipe d'animateurs! Plutôt relax ou plutôt sportif ? Nous en avons pour tous les goûts !

### Sea & Sun - Italie

Non membre: 1010€

Membre  
560€

02-11/07/2017 | 12-15 ans | Transport en avion (Zaventem)

21-30/07/2017 | 12-15 ans | Transport en avion (Zaventem)

Cet été, choisis V.I.P - Vacances Italiennes Paradisiaques ! Quoi de mieux qu'un séjour au cocktail explosif ? Pour commencer, tu séjourneras dans un superbe hôtel \*\*\* où piscine, terrain de tennis et «farniente» te raviront. Les excursions à Venise surnommée la «Cité des Doges» et San Marino, troisième plus petit état d'Europe, assureront le côté culturel de ce séjour. Enfin, pour les fans de sensations, tu seras embarqué pour 2 jours dans le superbe parc d'attractions «Mirabilandia». Notre équipe d'animateurs te proposera aussi un tas d'activités sportives et ludiques dans les environs ainsi que des animations fun en soirée ! Des vacances V.I.P que tu n'es pas prêt d'oublier !

### Sport Adventure

Non membre: 605€

Membre  
250€

13-21/08/2017 | 13-17 ans | Transport en car (Verviers/Bruxelles-Midi)

Tu es sportif et tu rêves d'aventure ? Rejoins-nous pour faire le plein de fun à la montagne ! Pars à sa découverte, sans plus attendre, grâce à des activités encadrées par des

guides professionnels : canyoning, Via Ferrata, VTT, accrobranche, randonnée, escalade artificielle ou naturelle,... Profite de la piscine pour te relaxer et participe à notre randonnée inoubliable avec, à la clé, une nuit dans un véritable refuge. Pendant les temps libres, tu pourras évidemment profiter des terrains de sport à proximité du chalet (football, basket, tennis de table, beach-volley,...).

## STAGES D'INTÉGRATION

### Le Fagotin - Stage d'intégration

24-28/07/2017 | 31/07-04/08/2017 | 21-23/08/2017

Transport non compris

àpd  
180€

### STAGE EN INTERNAT - Pour personne(s) moins valide(s)

Le Fagotin, un véritable séjour de ressourcement dans un encadrement adapté à la prise en charge d'enfants ou d'adultes présentant un handicap mental, moteur ou sensoriel par des animateurs qualifiés.

Idéalement situé, notre centre d'hébergement permet un agréable dépaysement grâce aux activités nature et ferme proposées sur place et aux visites touristiques possibles dans les paysages magnifiques de l'Ardenne.

Le programme des animations ainsi que l'espace d'hébergement sont conçus pour répondre aux besoins spécifiques des personnes handicapées.

Cette semaine de stage «ferme et nature» se déroule en intégration dans le milieu de vie des plus valides, avec des activités séparées.

NOS PRIX	Membres	Non Membres
24-28/07/2017 - 5 jours	250 €	750 €
31/07-04/08/2017 - 5 jours	250 €	750 €
21-23/08/2017 - 3 jours	180 €	450 €

### Vous souhaitez réserver un voyage ou une excursion ?

Surfez sur <http://tousenvadrouille.be> ou contactez-nous au 087/32 06 36. Pour tout renseignement en néerlandais, veuillez contacter le 02/743 16 66.

# «AT YOUR SERVICES» Besoin d'aide à domicile ?

*Facilitez-vous la vie grâce à «At Your Services» - Agence titres et services...*



**Qu'est-ce qui fait votre succès à Ixelles, Uccle et dans le grand Bruxelles ?**

Nous assurons l'accompagnement de nos aide-ménagères par les responsables d'agence auprès de chaque nouveau client, ce qui est une pratique rare dans le secteur et une garantie de qualité et de suivi.

**Quels sont vos projets ?**

Continuer à développer le nettoyage à domicile, le repassage en atelier ainsi que les services aux seniors et ce, bien entendu, sans transiger sur la qualité de nos prestations et de nos valeurs.

**Nos services**

Nettoyage du domicile privé, nettoyage de vitres, courses de proximité, préparation de repas à domicile, lessives, repassage à votre domicile ou dans nos ateliers

**Quand avez-vous commencé votre activité ?**

Depuis mai 2007. Nous fêtons donc nos 10 ans le mois prochain.

**Combien de personnel occupez-vous ?**

Nous avons pratiquement 200 aide-ménagères qualifiées, dont plus de 30% sont présentes depuis plus de 8 ans... preuve de notre stabilité et du sérieux de nos services. Et nous recrutons régulièrement.

**Quelles sont les valeurs de**

**vostra entreprise ?**

Ethique, Qualité, Service et Respect autant vis-à-vis de notre personnel que de notre clientèle.

**Après l'ouverture de votre 1er bureau à Ixelles, pourquoi ouvrir un 2<sup>e</sup> bureau au Fort Jaco à Uccle ?**

Dans le but de nous développer, d'offrir aux seniors des services tels que les préparations de repas, les courses à domicile et les tâches ménagères qui leurs permettent de rester le plus longtemps possible chez eux en toute sécurité.

**«At Your Services»  
à Bruxelles**

► **UCCLE Fort Jaco**

Av. Alphonse XIII, 2  
1180 Uccle

► **IXELLES**

Chaussée de Boondael, 595  
1050 Ixelles

Tél : 02/372 92 99

.....  
[www.atyourservices.be](http://www.atyourservices.be)  
[info@atyourservices.be](mailto:info@atyourservices.be)



## Aqtor! & OrthoShop

votre partenaire en produits orthopédiques remboursables

Prothèses – Orthèses – Bandages – Mobilité – Chaussures orthopédiques



**5%**  
de réduction  
pour les affiliés  
Symbio/Mutualia



## 1. CROISIÈRE DANUBE 2017

En collaboration avec Neptun Croises  
**7 jours de croisière fluviale**  
Linz - Vienne - Budapest - Bratislava -  
Dürnstein - Melk - Linz

Départ le 18/09/2017

### Inclus

- Voyage en autocar Verviers - Linz - Verviers
- Petit-déjeuner et déjeuner à l'aller
- Déjeuner au retour
- Toutes les taxes portuaires
- La croisière en cabine extérieure avec fenêtre
- Libre participation aux soirées d'animation
- Pension complète à bord du MS Symphonie New
- Boissons incluses à bord du MS Symphonie New lors des repas

Apd  
**1495€**

## 2. CORSE NORD ET SUD

En collaboration avec Corsica Travel  
**8 jours en pension complète**

Dates de départs : 03/06 - 17/06 et 16/09/2017

### Inclus

- Vols aller et retour réguliers Brussels Airlines
- Transferts aéroport / hôtel / aéroport
- Circuit en autocar grand tourisme
- Pension complète selon programme
- Un guide corse qualifié
- Promenade en mer et petit train à Bonifacio, Corte et Bastelica
- Entrée au musée Fesch à Ajaccio
- Cocktail de bienvenue
- Taxes de séjour

Apd  
**1379€**

## 3. DISNEYLAND PARIS

En collaboration avec Généraltour  
**2 jours et 1 nuit**

Départs le 13/05, 24/06, 23/09, 15/07 et 26/08

### Inclus

- Voyage en autocar grand luxe Vip Lines
- Entrées au parc Disneyland et au parc Walt Disney Studios pour les 2 jours
- Logement petit déjeuner au B&B hôtel Disneyland Paris
- Taxes de séjour incluses

Apd  
**336€**  
pour  
deux adultes

## 4. CÔTE D'AZUR ET RIVIERA DES FLEURS

**Circuit en 6 jours**

Côte d'Azur : Marseille, Nice, Antibes, Cannes,  
Monaco, Eze, Menton, Saint-Paul de Vence,  
Riviera des Fleurs

Départs le 29/05 - 17/07 - 11/09/2017

### Inclus

- Transport en autocar grand luxe
- Pension complète, boissons et dîner gastronomique
- Soirée dansante
- Apéritif de bienvenue
- Visites guidées selon programme
- Balade en petit train
- Eventuelles taxes de séjour

Apd  
**899€**

Pour plus de détails, les brochures sont disponibles à l'agence



Les offres sont calculées sur base d'une chambre double sous réserve de disponibilité

Pour plus de détails et conditions sur toutes nos offres :

Verviers - 087/30.80.99 - [tourisme@mutualia.be](mailto:tourisme@mutualia.be) | Wavre - 010/45.28.62 - [tourisme-wavre@mutualia.be](mailto:tourisme-wavre@mutualia.be)  
Waterloo - 02/351.5760 - [tourisme-waterloo@mutualia.be](mailto:tourisme-waterloo@mutualia.be) | Ottignies - 010/41.34.68 - [tourisme-ottignies@mutualia.be](mailto:tourisme-ottignies@mutualia.be)  
<http://tousenvadrouille.be/neutraworld> - Facebook/Neutraworld  
Le partenaire de vos vacances, Neutra World tourisme licence B2098

Pour tout renseignement en néerlandais, veuillez contacter le 02/743 16 66