

MUTUALIA

mag

VOTRE MUT'

VOS AVANTAGES COMPLÉMENTAIRES

*Votre mutualité toujours
à vos côtés en 2019*

Votre épargne prénuptiale

*Jusqu'à 125 %
d'intérêts*

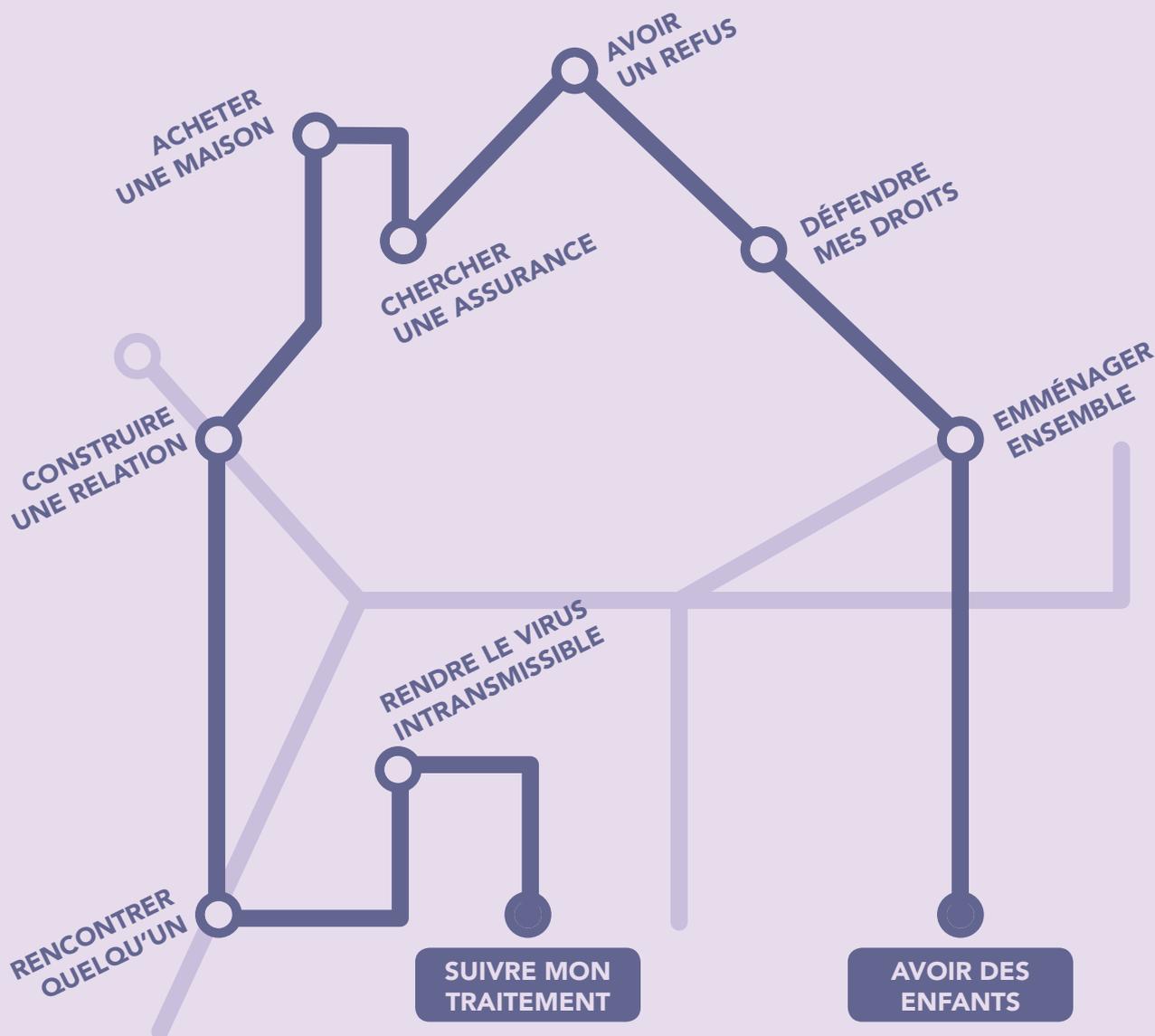
Tous En Vadrouille

*Les voyages
séniors 2019*



Mutualia
Mutualité Neutre

AUJOURD'HUI, MA VIE AVEC LE VIH, C'EST...



Préservatif



Dépistage



Traitement

L'exclusion reste une réalité. Pourtant, une personne séropositive ayant une charge virale indétectable grâce à son traitement ne transmet plus le VIH.

www.preventionsida.org



Sommaire



VOTRE MUT'

- 04 Vos avantages complémentaires
- 08 Le paiement de vos indemnités
- 08 Nos fermetures trimestrielles
- 09 Mutualia à nouveau certifiée ISO
- 09 Besoin d'un conseil juridique ?
- 10 Bilan de dépistage neuropsychologique

DOSSIER

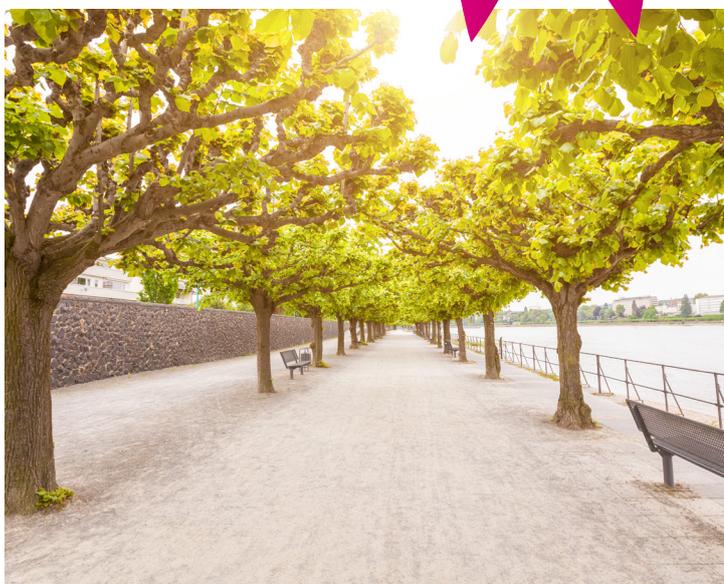
- 11 Votre épargne pré-nuptiale : jusqu'à 125 % d'intérêts

ACTUALITÉ

- 15 Le massage pré et postnatal
- 16 Trop d'antibiotiques : attention danger

TOUS EN VADROUILLE

- 18 Les voyages seniors 2019



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

Toujours à vos côtés en 2019

Votre cotisation
11,40 €

L'assurance obligatoire ne rembourse pas tous vos frais de santé, c'est pourquoi, chez Mutualia, nous avons créé une assurance complémentaire qui vous permet de bénéficier de divers remboursements et services adaptés à tous. Et en 2019, profitez d'encore plus d'avantages* !

NOUVEAU !

AFFILIATION À UN CLUB SPORTIF

jusqu'à **50** €^{40€} /an

FOURNITURES OPTIQUES

jusqu'à **150** €^{125€} /4ans

+ INTERVENTION DANS LE COÛT :

- DU DÉPISTAGE DU VIH OU DES MALADIES NEURODÉGÉNÉRATIVES
- DES GARDES MALADES (jusqu'à 500 € par an)
- DE L'ALIMENTATION MÉDICALE (jusqu'à 75 € par an)

Retrouvez tous nos avantages ci-dessous, dans notre brochure 2019 ou sur www.mutualia.be.



OPTIQUE

NEW Un remboursement de 125 € tous les 4 ans sur les montures de lunettes, verres et lentilles de contact (62,50 € tous les 2 ans pour les moins de 18 ans). Ainsi qu'un remboursement de 25 € par monture de lunettes tous les 4 ans (75 € pour les moins de 18 ans lors de la première intervention). Et une intervention de 125 € par oeil lors d'une opération au laser ou ultrasons.

FUTURES MAMANS

Profitez d'une intervention unique et maximale de 250 € lors d'une fécondation in vitro ainsi que d'une intervention unique et maximale de 50 € octroyée aux femmes enceintes lors de consultations chez un gynécologue au cours de leur grossesse. Bénéficiez aussi de 3 € par séance de kiné périnatale avec un maximum de 15 séances par grossesse.

NAISSANCE & ENFANCE

NAISSANCE

Prime de 350 € en cas de naissance ou d'adoption.
Intervention de 75 € par an pendant 3 ans via un remboursement des frais de lait maternisé acheté en pharmacie ou via l'octroi d'un colis langes.
Remboursement intégral du dépistage néonatal de la surdité du nourrisson réalisé à la maternité.

SOINS 100% REMBOURSÉS POUR LES ENFANTS

Bénéficiez du remboursement des consultations des soins médicaux des moins de 18 ans (dentiste, médecin, kinésithérapeute,...) si l'enfant dispose d'un dossier médical global auprès d'un médecin généraliste.

PSYCHOMOTRICITÉ

Pour les moins de 14 ans, intervention de 12 € par séance de psychomotricité avec un maximum de 120 € par an.

CONTRACEPTION & MÉNOPAUSE

Une intervention de 40 € par an pour pilule, anneau vaginal, injection ou patch ou pour tout traitement hormonal de substitution (THS) visant au traitement des symptômes de la ménopause.

Intervention de 120 € tous les 24 mois pour un stérilet ou un implant sur présentation d'un BVAC.

ORTHODONTIE

Jusqu'à 750 € d'intervention pour un traitement orthodontique avec l'accord d'un médecin-conseil (demandé avant les 15 ans de l'enfant). Sans accord, intervention unique de 150 €.

Intervention de 50 % dans le coût du ticket modérateur pour les traitements de premières intentions chez les enfants de moins de 9 ans accordée par le médecin-conseil.

LOGOPÉDIE

Intervention de 5 € par séance de logopédie (3 € en cas d'accord d'intervention de l'assurance obligatoire) avec un maximum de 75 séances par an.

Pour le test de QI, une intervention annuelle de 10 € est accordée dans le cadre d'un traitement logopédique.

MÉDECINES ALTERNATIVES

Mutualia intervient à raison de 7 x 10 € par séance lors de consultations en pratiques non conventionnelles (homéopathie, ostéopathie, kinésiologie, sophrologie, chiropraxie, acupuncture, mésothérapie, hippothérapie, réflexologie, naturopathie et micro-kiné) par un prestataire reconnu par Mutualia.

En plus de cette intervention, Mutualia rembourse 50 % du prix d'achat des médicaments homéopathiques (100 € par an maximum) ou phytothérapeutiques (50 € par an maximum, à l'exception des compléments alimentaires) sur prescription d'un médecin.

SPORT & BIEN-ÊTRE

NEW AFFILIATION À UN CLUB SPORTIF

Recevez une intervention annuelle et maximale de 50 € sur le montant de votre affiliation à un club sportif reconnu.

STAGES GRATUITS

Mutualia offre 3 mois d'apprentissage de la nage aux enfants de 5 à 7 ans, ou d'initiation au tennis aux enfants de 5 à 12 ans. Pour les adultes, des séances d'aquagym sont offertes.

STAGES JEUNES

Mutualia vous offre une intervention annuelle et maximale de 100 € pour les enfants de 3 à 18 ans en stage sportif, séjour en camps, plaine de jeux ou classe verte.

VACANCES HANDICAPÉS

Une intervention annuelle et maximale de 250 € est accordée lors de séjours spécialement organisés pour les handicapés physiques ou mentaux à plus de 66 %.

DIABÉTIQUES

Intervention annuelle de 10 € par séance de podologie avec un maximum de 2 séances; 10 € lors de prestations spéciales : onychoplastie, orthonyxie, orthoplastie; 10 € pour une consultation en faveur des diabétiques de type 2 sous ADO. Recevez gratuitement un glucomètre tous les 3 ans ainsi que 100 tiges par an.

PRÉVENTION ET SOINS

NEW BILAN SANTÉ

Intervention de 25 € lors d'un bilan santé, tous dépistages confondus, en prévention d'un cancer du sein, de la prostate, du côlon, des intestins, d'ostéoporose, de diabète de type 2, de maladies cardiovasculaires ou neurodégénératives ou du VIH.

DIÉTÉTIQUE

En cas d'obésité ou d'anorexie : intervention de 25 € pour le bilan d'un diététicien ou d'un nutritionniste et de 12,50 € par consultation avec un maximum de 6 consultations par an sur prescription médicale.

VACCINS

Intervention de 35 € par an pour vos vaccins en plus de 150 € pour le vaccin contre le cancer du col de l'utérus, à raison de 50 € par injection, jusqu'à 25 ans.

SEVRAGE TABAGIQUE

Une intervention de 3 x 20 € pour les médicaments de sevrage tabagique, patch compris (1 fois par vie).

NEW ALIMENTATION MÉDICALE

Intervention annuelle et maximale de 75 € pour les produits de nutrition médicale, si intervention de l'assurance obligatoire.

TRANSPORT DE MALADES

Mutualia intervient à raison de 50 % dans le coût du transport urgent en ambulance (250 € par an max.), de 75 % en hélicoptère (500 € par an max.), ainsi que lors de transports non urgents (taxi, voiture privée, ambulance et véhicule médico-sanitaire léger), selon différents forfaits et plafonds.

INTERVENTIONS SPÉCIALES

FORMATION DE PREMIERS SECOURS

Intervention de 20 € pour une formation de premiers secours auprès de la Croix Rouge de Belgique.

IMMUNOTHÉRAPIE ALLERGÉNIQUE

Intervention de 60 % des frais de traitement d'immunothérapie allergénique pendant 3 ans de traitement sur prescription d'un médecin spécialiste (1 fois par vie).

INITIATION À LA CONDUITE PRÉVENTIVE

Intervention de 25 € pour un stage d'initiation à la conduite préventive, sur présentation d'un certificat d'une école de maîtrise automobile.

PÉDICURE

Intervention de 5 € par séance (5 séances par an max.).

POSTUROPODIE

Intervention de 10 € par an lors d'une consultation avec un posturopodiste et de 25 € tous les 2 ans à l'achat de semelles (25 € par an pour les moins de 14 ans).

PSYCHOLOGIE

Intervention de 20 € pour le bilan psychologique et de 10 € par séance avec un max. de 6 séances par an.

SOINS DENTAIRES

Intervention de 15% des frais supérieurs à 250 € (max. 500 € tous les 2 ans) pour les prothèses, implants, pivots, couronnes et bridges dentaires.

INTERVENTIONS MALADES

CANCER

Intervention annuelle et maximale de 100 € pour les médicaments liés au traitement du cancer.

CONVALESCENCE

Intervention de 15 € par jour (max. 7 à 21 jours).

ENFANTS GRAVEMENT MALADES

250 € d'intervention pour les enfants gravement malades, ainsi que 7 € par jour pour la présence d'un parent au chevet d'un enfant hospitalisé (20 jours/an max.).

INFIRMIERS - SOINS À DOMICILE

Non perception du ticket modérateur par les infirmier(ère)s conventionné(e)s par Mutualia.

PROTHÈSES CAPILLAIRES

Intervention de 50 € pour une prothèse capillaire et/ou des soins esthétiques lors d'une chimiothérapie ou d'une radiothérapie.

SOINS PALLIATIFS

Intervention de 11 € par jour pendant 30 jours maximum.

AIDE À LA CONDUITE 0491/34 00 64 - 0491/34 00 38

Vous pensez à passer votre permis pratique ou avez besoin d'une remise à niveau ? Bénéficiez de cours de conduite pratique à raison de **35 € par heure**, par module de 2 heures.

AIDE FAMILIALE OU MÉNAGÈRE

Une aide supplémentaire tant au niveau du confort que de l'hygiène, des courses et des démarches administratives. Nous intervenons à raison de 0,50 € par heure prestée au domicile avec un maximum de 250 heures par an et par ménage.

NEW GARDE MALADES

Bénéficiez d'un service de garde malades agréé, pour une personne en perte d'autonomie modérée ou sévère. Nous intervenons à raison de maximum 5 € par heure prestée avec un plafond de 100 heures par an et par ménage, sur base d'un certificat médical.

GARDE D'ENFANTS MALADES 0800/62 056

Profitez de la présence d'une personne qualifiée et expérimentée à votre domicile, 15 jours par an maximum, pour les enfants de moins de 12 ans sur base d'un certificat médical. Intervention de votre part de 12,50 € seulement.

PSYCHOLOGIE 0491/34 00 52 - 0470/72 15 91

Bénéficiez de tarifs préférentiels pour la consultation d'un psychologue ou la réalisation d'un test de dépistage cognitif.

TRAVAUX À DOMICILE 0491/34 00 38

Un personnel qualifié au domicile pour la réparation, la rénovation, les petits travaux de la maison et l'entretien des jardins (hors tonte pelouse). 10 € par heure pour les affiliés BIM - 12 € pour les non-BIM. Réservé aux personnes de 65 ans ou reconnues handicapées à plus de 66%.

TOUS EN VADROUILLE 087/32 06 36

Profitez d'une intervention de 350 € sur les séjours jeunes organisés par Tous En Vadrouille. Les seniors bénéficient également de voyages et excursions ludiques ou culturelles à tarifs préférentiels. Retrouvez tous nos séjours sur www.tousenvadrouille.be.

Sans oublier vos cartes « Bien-être et Santé » et « Mutualia Plus » reprenant les partenaires de Mutualia grâce auxquels vous bénéficiez de tarifs préférentiels sur une multitude d'activités.

Vos remboursements sans frais



N'avez-vous pas oublié de nous communiquer vos coordonnées bancaires ?

Pour pouvoir vous assurer des remboursements de soins ou d'avantages sans frais supplémentaires, n'oubliez pas de nous communiquer le numéro de compte bancaire sur lequel vos remboursements peuvent être effectués.

En effet, si nous ne disposons d'aucun numéro de compte, nous devons émettre des chèques circulaires, qui engendreront un coût et des démarches supplémentaires dans votre chef.

Facilitez-vous la vie !

Pensez à la domiciliation pour le paiement de vos cotisations !

Des formulaires ad hoc sont à votre disposition auprès de votre délégué(e) habituel(le) ou sur notre site www.mutualia.be (Page "Contact" - "Documents" - rubrique "Affiliation")

Plus d'infos ?

Surfez sur www.mutualia.be

Le paiement de vos indemnités en 2019

Selon que vous bénéficiez d'indemnités d'incapacité primaire, de repos de maternité ou d'indemnités d'invalidité, **votre mutualité passera les ordres de paiement à des dates différentes.**

Le paiement des incapacités primaires (première année d'incapacité de travail) arrive au compte financier au plus tard le 5 du mois qui suit la période indemnisable. Un paiement intermédiaire est réalisé pour les ouvriers sous contrat de travail à condition qu'il n'y ait aucune saisie sur les indemnités. Il arrive sur le compte au plus tard le 20 du mois. Dans les deux cas, la date de mise en paiement est variable chaque mois.

Les indemnités d'invalidité (plus d'un an d'incapacité de travail) sont payables au plus tôt l'antépénultième jour ouvrable du mois pour le mois en cours. Cependant, au mois de décembre il est d'usage d'avancer la date de paiement des indemnités.

Attention, en cas d'autorisation de travail à temps partiel par le médecin-conseil, le paiement ne pourra s'effectuer qu'après réception de l'attestation mensuelle de revenus de l'activité et du calcul de réduction de l'indemnité.

Ouvriers sous contrat en 1 ^{ère} année d'incapacité, sans saisie ou créance*	Employés, indépendants, demandeurs d'emploi en incapacité primaire*	Invalides*
16-31/01/2019	31/01/2019	29/01/2019
15-28/02/2019	28/02/2019	26/02/2019
15-29/03/2019	29/03/2019	27/03/2019
17-30/04/2019	30/04/2019	26/04/2019
16-29/05/2019	29/05/2019	27/05/2019
17-28/06/2019	28/06/2019	26/06/2019
17-31/07/2019	31/07/2019	29/07/2019
14-30/08/2019	30/08/2019	28/08/2019
17-30/09/2019	30/09/2019	26/09/2019
16-31/10/2018	31/10/2019	29/10/2019
15-29/11/2019	29/11/2019	27/11/2019
17-31/12/2019	31/12/2019	19/12/2019

* En fonction de votre organisme financier, le paiement arrive sur votre compte dans les 3 jours qui suivent l'ordre de paiement.



MyMutualia votre guichet en ligne

Consultez vos remboursements, vos indemnités, vos quittances ou modifiez vos données de contact,...

www.mutualia.be

Nos fermetures trimestrielles

Attention, pour mieux vous servir, toute l'équipe de Mutualia sera en formation le **3^{ème} mardi de chaque trimestre.**

Notre slogan «Nous en faisons toujours plus» met en exergue notre volonté de satisfaire sans cesse notre clientèle. En effet, dans l'optique de toujours mieux vous servir, nous organisons, le 3^{ème} mardi de chaque trimestre, des formations à l'attention de l'ensemble de notre personnel. Nos bureaux seront donc fermés le mardi 15 janvier 2019.

Votre guichet en ligne «MyMutualia» reste à votre disposition :

Surfez sur <https://mymutualia.lnz.be>

Mutualia à nouveau certifiée ISO



Cette année encore, Mutualia a obtenu le nouveau certificat ISO 9001:2015. Cette nouvelle certification garantit la qualité irréprochable de votre mutualité.

C'est avec beaucoup de plaisir que nous informons nos affiliées et affiliés, fournisseurs et sympathisant(e)s que Mutualia, Mutualité Neutre a obtenu, une fois encore, sa Certification ISO 9001, attestant ainsi qu'elle applique un système de management de la qualité répondant aux exigences de l'Organisation Internationale de Normalisation. Plus que jamais, avec l'obtention de ce titre, votre santé reste notre priorité !

Vous avez dit "management de la qualité" ? Qu'est-ce que cela signifie ? Un système de management consiste à définir les opérations d'un organisme afin de l'aider à réaliser ses objectifs. En effet, ce système de management pousse les entreprises et organismes à gagner en efficacité et à accroître la satisfaction de leurs clients ou affiliés.

La norme ISO 9001 a une très grande souplesse d'application de manière à pouvoir être utilisée par tous types d'entreprises et organismes. Elle prévoit d'ailleurs que ceux-ci définissent eux-mêmes leurs objectifs et cherchent ainsi constamment à améliorer leurs processus pour les atteindre. Une fois ces objectifs atteints, les organismes doivent en fixer d'autres,... et ainsi de suite dans une logique d'amélioration continue.

Le certificat ISO 9001 offre donc la garantie à nos affiliés que Mutualia leur donne la priorité en veillant constamment à répondre à leurs besoins et à dépasser leurs attentes. Il garantit aussi une amélioration structurée de la qualité de ses produits et services. Cette nouvelle certification démontre que notre système de management satisfait aux exigences et attentes de nos affiliés, collaborateurs ainsi qu'à la législation relative aux produits ou services fournis. La certification ISO 9001 atteste donc de notre réelle volonté d'amélioration continue.

Vous souhaitez obtenir de plus amples informations ?

Rendez-vous sur <https://www.iso.org>

Besoin d'un conseil juridique ?



**Vous avez besoin d'un conseil juridique ?
Notre juriste-conseil vous répond gratuitement !**

Vous êtes affilié chez Mutualia ? Grâce à votre affiliation, vous disposez d'un accès gratuit à la consultation donnée deux fois par mois par notre juriste-conseil dans les domaines suivants : santé, bien-être psychique, physique ou social. Notre juriste-conseil vous garantit écoute, conseil et confidentialité !

Informations et rendez-vous

Mutualia, Mutualité Neutre
Place Verte 41 à Verviers
Tél. 087/31 34 45

ou

Mutualia, Mutualité Neutre
Grand Rue 33 à Barvaux
Tél. 086/ 38 95 93

par mail à l'adresse
info@mutualia.be



Restez informés sur nos avantages,

► [FACEBOOK/MUTUALIA](#)

NOUVEAU !

Bilan de dépistage neuro-psychologique

Vous souffrez de trous de mémoire, avez du mal à retenir de nouvelles informations, vous vous sentez parfois désorienté ou souhaitez simplement être rassuré ? Grâce à Mutualia, bénéficiez d'un bilan neuropsychologique à tarif préférentiel !

Notre psychologue clinicienne spécialisée dans le vieillissement vous propose un nouveau service de dépistage cognitif destiné à toute personne âgée de 50 ans et plus. Ce dépistage se compose d'un bilan neuropsychologique bref qui évalue les capacités cognitives et la présence de risques d'une entrée en démence, d'une maladie neurodégénérative (Alzheimer par exemple) ou de déficits isolés chez le bénéficiaire.

Sachez que le service proposé reste un dépistage et ne remplacera pas un bilan neuropsychologique complet chez un neuropsychologue indépendant ou dans une clinique de la mémoire.

Dans le cadre du service de dépistage proposé, s'il s'avère qu'un bénéficiaire est atteint d'une démence probable, il sera réorienté vers un neurologue ou dans un hôpital pluridisciplinaire afin qu'il puisse bénéficier d'une prise en charge gériatrique.

Les tests réalisés permettront d'évaluer les fonctions suivantes : mémoire de travail, mémoire épisodique, mémoire procédurale et mémoire sémantique. Fonctions exécutives et attentionnelles (planification, flexibilité, double tâche, vitesse de traitement, attention divisée, soutenue et sélective), orientation spatiale et temporelle, langage écrit et oral, praxies visuo-constructives, jugement et prise de décision,...

Informations et rendez-vous

Contactez Madame Lê au 0470/72 15 91

Activité	Durée de la séance	Prix membre	Prix non membre
Dépistage - 1 séance	1h30	60 €	90 €

Votre avantage Mutualia



Grâce à Mutualia, profitez d'une intervention annuelle de 20 € pour un bilan psychologique et de 10 € par séance avec un maximum de 6 séances par an sur base d'une prescription médicale.

Profitez-vous de tous vos avantages ?



En tant que membre Mutualia, vous bénéficiez d'une foule d'avantages complémentaires mais, savez-vous vraiment lesquels ? Notre calculateur d'avantages vous aide à y voir plus clair !

Grâce à notre calculateur d'avantages, retrouvez tous les remboursements dont vous, ainsi que les membres de votre ménage, pouvez bénéficier chaque année en tant que membre Mutualia.

Notre calculateur vous propose les avantages qui vous correspondent !

Vous souhaitez en savoir plus ?

Surfez sur www.mutualia.be



DOSSIER

Votre épargne pré-nuptiale

Une épargne à haut rendement jusqu'à l'âge de 30 ans, accessible à tous les célibataires âgés de 14 à 26 ans.

DOSSIER

Préparez-les à prendre le meilleur départ dans la vie à deux !



L'épargne pré-nuptiale, c'est une épargne à haut rendement jusqu'à l'âge de 30 ans maximum, accessible à toutes les personnes célibataires âgées de 14 à 26 ans.

COMMENT ÉPARGNER ?

Les parents, grands-parents ou tout autre membre de la famille peuvent épargner au profit du jeune affilié dès l'année de ses 14 ans et jusqu'à ses 26 ans. Vous y cotisez de 18 € à 48 € par an jusqu'à son mariage ou sa cohabitation légale (au plus tard jusqu'à l'âge de 30 ans)¹.

MARIAGE OU COHABITATION LÉGALE, QUELS SONT SES AVANTAGES ?

Le capital épargné majoré d'intérêts allant de 20 à 125 %, selon la durée de l'épargne², sera versé au bénéficiaire.

30 ANS, NI MARIÉ, NI COHABITANT, QUELS SONT SES AVANTAGES ?

Le capital épargné majoré d'intérêts allant de 5 à 100 % selon la durée de l'épargne², sera versé au bénéficiaire.

Années d'épargne	Capital épargné	Mariage ou cohabitation		30 ans ou décès	
		Intérêts	Total	Intérêts	Total
1 ^{er} versement	48 €	0 %	48,00	0 %	48,00
1 an	96 €	20 %	115,20	5 %	100,80
2 ans	144 €	30 %	187,20	5 %	151,20
3 ans	192 €	40 %	268,80	20 %	230,40
4 ans	240 €	50 %	360,00	25 %	300,00
5 ans	288 €	60 %	460,80	30 %	374,40
6 ans	336 €	65 %	554,40	35 %	453,60
7 ans	384 €	70 %	652,80	40 %	537,60
8 ans	432 €	75 %	756,00	45 %	626,40
9 ans	480 €	80 %	864,00	50 %	720,00
10 ans	528 €	85 %	976,80	55 %	818,40
11 ans	576 €	90 %	1094,40	60 %	921,60
12 ans	624 €	95 %	1216,80	65 %	1029,60
13 ans	672 €	100 %	1344,00	70 %	1142,40
14 ans	720 €	110 %	1512,00	80 %	1296,00
15 ans	768 €	120 %	1689,60	90 %	1459,20
16 ans	816 €	125 %	1836,00	100 %	1632,00

Bulletin d'inscription

À REMPLIR EN MAJUSCULES

Renseignements concernant l'enfant

Nom :

Prénom :

N° de registre national :

Rue :

N° : boîte : code postal :

Localité :

Date : / /

Signature :

Renseignements concernant le souscripteur

Nom :

Prénom :

N° de registre national :

Rue :

N° : boîte : code postal :

Localité :

Tél. :

Date : / /

Signature : 

Les nouveautés en 2019

**Vous avez souscrit à une épargne prénuptiale ? Attention, il y a du changement en 2019 !**

A partir de 2019, en conformité avec les statuts de notre Union Nationale, la cohabitation légale engendrera, obligatoirement, le remboursement de l'épargne prénuptiale, au même titre que le mariage. Les épargnants devront donc demander systématiquement la liquidation de leur capital augmenté des intérêts prévus.

Si l'épargnant omet de signaler cet événement, il pourra continuer à épargner jusqu'à l'âge de 30 ans mais avec uniquement un intérêt composé de 2,75 % pour tout versement effectué dans les années suivant la date de l'évènement.

Tout épargnant qui quitte la Mutualité Neutre ne pourra plus bénéficier des services de l'épargne prénuptiale et devra récupérer le capital épargné augmenté des intérêts prévus en cas de désaffiliation obligatoire (sauf exception prévue pour les personnes qui ne sont affiliées qu'à l'assurance complémentaire).

¹ Si vous décidez de mettre fin à son affiliation ou si vous versez moins de 18 € pendant 1 an : automatiquement, il/elle sera remboursé du capital épargné, majoré d'un intérêt composé de 2,75 %.

² Cette prime vaut pour autant que vous ayez épargné le maximum chaque année. Dans le cas contraire, les primes sont réduites au prorata de l'épargne réelle.

Votre **carte d'identité**, votre accès santé à l'hôpital



Prenez-la toujours avec vous !

Une campagne des mutualités, des hôpitaux et de l'INAMI



Le massage prénatal et postnatal

LE MASSAGE PRÉNATAL

Le massage prénatal aide la future maman à apprivoiser les modifications corporelles et psychologiques de la grossesse en lui assurant une atmosphère de douceur et d'écoute. Allongée sur le côté, la femme enceinte reçoit ce massage à l'huile dans une position confortable. Il consiste en des mouvements doux et enveloppants qui lui procurent une détente du corps ainsi qu'une harmonie générale. Une attention particulière est apportée aux zones du corps sollicitées pendant la grossesse (bas du dos, ventre, poitrine et jambes).

Ses effets sont notamment : une stimulation de la vitalité, une aide à l'évacuation des tensions physiques et psychologiques, une diminution des maux de jambes, de nuque, de dos et des sciatalgies, une amélioration du sommeil et de la circulation sanguine et un drainage des toxines, un maintien de la tonicité et de l'élasticité de la peau, une occasion pour un contact encore plus intime entre la maman et son bébé.

Le massage prénatal aide la future maman à se sentir en harmonie physique, à accepter les transformations, s'y adapter, se sentir à l'aise, respirer avec et pour son bébé, être prête à l'accueillir dans un état de détente physique et psychique. Les bienfaits de ce massage se répercutent sur le bébé, sensible à l'état intérieur de sa maman.

LE MASSAGE POSTNATAL

Même si l'attention est prioritairement donnée à l'enfant après l'accouchement, la détente et le soin du corps de la maman sont importants pour qu'elle puisse offrir une belle disponibilité à sa famille. La maman ne doit pas attendre d'être épuisée...

Le massage postnatal permet à la maman de : se détendre et prendre soin d'elle après l'accouchement, se réapproprier son corps, retrouver ses propres sensations, soulager ses tensions physiques et psychiques, favoriser la circulation sanguine et lymphatique.



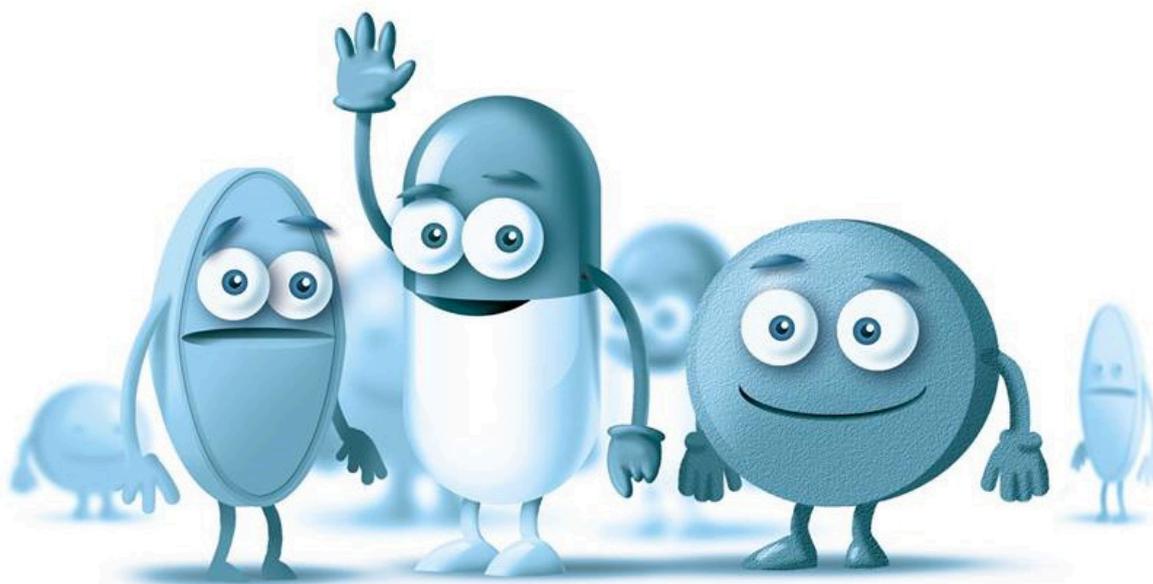
Votre massage à prix préférentiel

Future ou jeune maman ? Profitez de nos massages pré et postnatal à tarif préférentiel. Réservez votre séance d'1h30 dès maintenant (1 heure complète de massage et un temps de discussion avant et après).

Informations et réservations

Valérie Closset
 Massothérapeute
 Tél. : 0496 286 323
 Prix membre : 40€
 Prix non membre : 50€

Trop d'antibiotiques : attention DANGER !



© www.usagecorrectantibiotiques.be

La résistance aux antibiotiques est l'une des principales menaces auxquelles nous sommes confrontés aujourd'hui. Sans antibiotiques efficaces, de nombreux traitements de routine présenteront un danger de plus en plus grand... réduisons l'utilisation inutile d'antibiotiques.

La BAPCOC, la Commission belge de coordination de la politique antibiotique, le SPF Santé publique, Sécurité de la Chaîne alimentaire et Environnement mènent depuis des années déjà des campagnes de sensibilisation nationales à l'égard du grand public pour qu'il utilise les antibiotiques comme il faut et uniquement quand il le faut. Après une diminution spectaculaire dans les années qui ont suivi les premières campagnes, la consommation d'antibiotiques n'a plus diminué de manière significative depuis 2007 et atteint encore toujours un niveau inacceptable, bien plus élevé que dans notre pays voisin, à savoir les Pays-Bas ou la Suède.

UNE MENACE À L'ÉCHELLE MONDIALE

A quand remonte votre dernière infection ? Sachant que vous pouvez facilement obtenir des antibiotiques, vous n'étiez probablement pas fort inquiet. Mais le problème aujourd'hui, c'est que les antibiotiques ne combattent plus aussi efficacement les bactéries qu'autrefois. Elles sont devenues résistantes. En fait, certaines bactéries ont développé une parfaite résistance à tous les antibiotiques.

Ceci représente une des plus grandes menaces pour la population mondiale. Et le problème ne fera que s'aggraver. Imaginez-vous revenir aux années 30, avant la découverte des antibiotiques. Les infections que nous considérons comme banales deviendront fatales. Des opérations complexes seront impossibles au vu du risque d'infection. En fait, la médecine moderne dépend énormément des antibiotiques. Saviez-vous que le traitement anticancéreux

Prenez-les comme il faut, quand il faut !

détruit le système de défense ? La plupart des patients ont besoin d'antibiotiques pour survivre. Imaginez : plus de simples opérations, plus de traitement contre le cancer ! C'est ce vers quoi nous évoluons ! La réduction des fractures osseuses, la pratique d'opérations de base, la chimiothérapie et même la santé animale dépendent d'un accès à des antibiotiques qui agissent efficacement.

Pour freiner l'antibiorésistance, l'usage inutile d'antibiotiques doit diminuer drastiquement. Idéalement et en dehors des hôpitaux, d'environ 1.000 traitements par 1.000 habitants par an aujourd'hui, à 600 traitements d'ici 2020 et à 400 traitements d'ici 2025.

Alors vous aussi, comme des dizaines de milliers d'autres citoyens, médecins, vétérinaires, agriculteurs, étudiants ou enseignants, devenez un(e) "Antibiotic Guardian" (Gardien d'un usage correct des antibiotiques). Optez pour un engagement simple quant à la manière dont vous ferez un meilleur usage des antibiotiques et contribuez à ce que ces médicaments vitaux ne deviennent pas obsolètes.

Vous souhaitez plus d'informations ? Rendez-vous sur le site www.usagecorrectantibiotiques.be (Avenue de Tervueren 211, 1150 Bruxelles, tél. : 02 739 77 04 - heures d'ouverture des bureaux : de 9 à 12 heures et de 13 à 16 heures avec possibilité de rendez-vous).



ANTIBIOTIC GUARDIAN

**Apportez votre pierre à
l'édifice en devenant un(e)
"Antibiotic Guardian".**

Rendez-vous sur www.antibioticguardian.com et choisissez vous-même par quelle simple promesse vous vous engagez à encourager un meilleur usage des antibiotiques. Invitez votre entourage à faire de même.

"Antibiotic Guardian" soutient la stratégie britannique de résistance aux antimicrobiens, la Journée européenne d'information sur les antibiotiques, et bénéficie du soutien de la Commission belge de coordination de la politique antibiotique (BAPCOC).

Plus d'infos ?

Surfez sur
www.antibioticguardian.com/french

**PRENEZ-VOUS
LES ANTIBIOTIQUES
COMME IL FAUT ?**

TESTEZ VOS CONNAISSANCES,
GAGNEZ EN SANTE
ET RECEVEZ UNE BD



Faites le test sur

www.usagecorrectantibiotiques.be



Tous en vadrouille

Les voyages séniors 2019

LONG SÉJOUR



Membre
470€

Ronce Les Bains *** - DU 18 AU 25/05/2019

NM: 730€

Beauté des îles, patrimoine historique, gastronomie, richesses culturelles et naturelles de la région, laissez-vous séduire par la Charente-Maritime. Entre nature et océan, vous découvrirez une destination aux mille visages et apprécierez l'environnement apaisant, au milieu des pins, du Village Club.

Membre
550€

Asnelles-Sur-Mer - DU 08 AU 15/06/2019

NM: 870€

Dans la région du Bessin, agréable mélange entre plaisirs de la mer et calme de la campagne, l'hôtel club Les Tournelles composé d'un manoir du XIXe siècle, est situé dans un parc d'un hectare avec accès direct à une superbe plage. Découvrez ce coin de France, connu pour ses fromages, ses pommiers, son cidre et le débarquement des alliés mais également pour ses plages de sable fin.

LONG SÉJOUR



Membre
500€

Samatan - DU 14 AU 21/09/2019

NM: 750€

Coeur de Gascogne et du Sud-Ouest, en plein Midi-Pyrénées, cette terre de d'Artagnan et des Mousquetaires est une terre d'art et d'histoire dont les basiliques et cathédrales sont les témoins. Des Pyrénées à la Garonne, la Save s'est creusée une jolie vallée, accueillante au maïs et aux volailles grasses où Samatan s'est forgée une place de choix en devenant la « capitale » du foie gras.

LONG SÉJOUR



EXCURSION

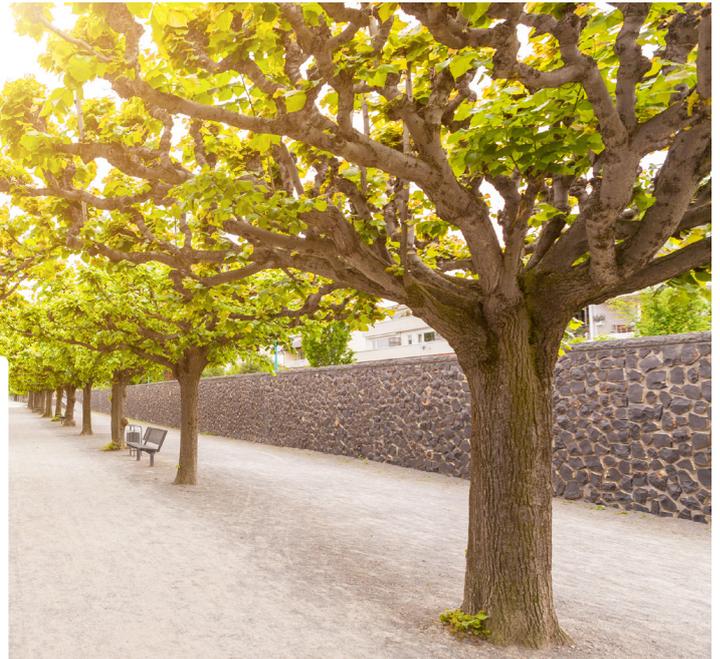


Croisière Bonn - LE 30/05/2019

Membre
55€

NM: 70€

Embarquez à bord d'un des bateaux de la KD et débutez votre croisière vers Bonn. Rendez-vous ensuite à côté de la maison Beethoven où vous bénéficierez d'une brève introduction sur ce dernier. Terminez par la découverte de Bonn librement.



EXCURSION



Rotterdam - LE 25/04/2019

Membre
60€

NM: 80€

Profitez d'une visite guidée pédestre au coeur de Rotterdam, cette ville qui joue à fond la carte de la modernité. Embarquez à bord d'un bateau pour un tour guidé du port de Rotterdam. Terminez cette journée par une balade dans le quartier de Kijk-Kubus et admirez ces maisons et bâtiments à l'architecture originale.

Treignes & Arthur Masson - LE 20/06/2019

Membre
50€

NM: 70€

Direction Hemptinne, en région namuroise. Débutez par la visite guidée de la Ferme de la Sauvenière, réputée pour son foie gras. Rendez-vous ensuite à l'espace Arthur Masson pour vivre la vie du terroir d'antan et découvrir l'évolution de la vie rurale. Dernier arrêt à la Chèverrie Saint Roch à la découverte de la fabrication du fromage de chèvre.

EXCURSION



EXCURSION



Journée champignons - LE 17/09/2019

Membre
5€

NM: 10€

Partez à la cueillette des champignons à Berinzenne. Vous profiterez de l'accompagnement d'un guide et dégusterez une omelette géante pour le repas de midi.

Ouverture des
inscriptions
Le 04/02/2019
à 08h30Infos et
réservationsSurfez sur
www.tousenvadrouille.be

LONDRES, SO BRITISH ! (4 jours)

Hôtel Marriott Bexleyheath **** - Londres, Canterbury,
Nothing Hill, Tour de Londres, Camden Town,...

à partir de **599€*** /pers.

TRANSPORT EN AUTOCAR ET FERRY
PENSION COMPLÈTE

Départs les **18/04** et **23/05/2019**

* Supplément single : à pd 110 €

 **généraltour**
TOUR OPERATEUR

bt tours
Rencontrer le monde

LES ANTILLES, CARAÏBE FRANÇAISE (12 jours)

Le Martinique, les Saintes et la Guadeloupe - Hôtel *** et
guide francophone

à partir de **2415€*** /pers.

PRISE EN CHARGE À DOMICILE A/R
PENSION COMPLÈTE

Départ du **21/05** au **01/06/2019***

* Nous consulter pour dates de départs et supplément single

CHÂTEAU DE LA LOIRE (4 jours)

Inter Hôtel La Terrasse Tours ***
Tours, Chenonceau, Amboise, Villandry, Chambord,...

à partir de **469€*** /pers.

TRANSPORT EN AUTOCAR
DEMI-PENSION

Départ le **23/05/2019**

* Supplément single : 99 €

 **généraltour**
TOUR OPERATEUR

bt tours
Rencontrer le monde

CAPITALES DE RUSSIE (8 jours)

Hôtel **** - Saint Pétersbourg et Moscou
Circuit accompagné d'une guide francophone

à partir de **2029€*** /pers.

PRISE EN CHARGE À DOMICILE A/R
PENSION COMPLÈTE

Dates de Départs : nous consulter

* Supplément single : 320 €



JUSQU'À **5%** DE RÉDUCTION
avec **Mutualia**

Neutraworld Verviers - 087/30 80 99 | Neutraworld Wavre - 010/45 28 62 | Neutraworld Waterloo -
02/351 57 60 | Neutraworld Ottignies - 010/41 34 68 | Ou écrivez-nous à l'adresse infos@neutraworld.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.