bpost
PB-PP | B-714
BELGIE(N) - BELGIQUE
P 307 122
BRUXELLES X

NEUTR'INFO

Trimestriel n° 313
Janvier / Février / Mars 2021

LA MUTUALITÉ NEUTRE

Avenue de Waterloo 23
6000 Charleroi
+32 (0)71 20 52 11

Rue de Chestret 4-6
4000 Liège
+32 (0)4 254 58 11

Rue des Dames Blanches 24
5000 Namur
+32 (0)81 25 07 60

lamn.be info@lamn.be mymn.be LaMutualiteNeutre

SOMMAIRE

ÉDITORIAL
En sortir 2

NOS POLYCLINIQUES
Liège et Charleroi 3

SANTÉ
Les antibiotiques 4
Arrêter de fumer 5

ASSURANCE OBLIGATOIRE
Les cotisations en 2021 6

ASSURANCE COMPLÉMENTAIRE
Les avantages et services en 2021 ... 7 à 10

INFOS RÉGIONALES 11

INFOS MUT
L'aide aux personnes âgées (APA) .. 12 et 13

MN VACANCES
En Belgique 14
A l'étranger 15

HORIZONS JEUNESSE
Nos vacances pour jeunes 16

EN SORTIR,

Le temps passe !

Un an déjà que la COVID-19 est apparue en CHINE et qu'elle s'est propagée dans le monde entier provoquant une crise sanitaire, économique et sociale dont nous mesurons la gravité chaque jour. Tous, nos subissons cette pandémie sans que nous puissions y voir la fin prochainement.

Le coronavirus circule parmi nous et toutes les stratégies déployées pour lutter contre lui ne l'ont pas encore désarmé.
En témoigne la seconde vague de la pandémie du coronavirus en ce début d'automne. En effet, il a été constaté, subitement, une recrudescence des contaminations, des hospitalisations et des décès laissant entrevoir la saturation des unités des soins intensifs et l'impossibilité de soigner tous les patients.

Dans notre pays, la barre des 17.000 décès est, hélas, dépassée.
Suivant les experts scientifiques, en cas de relâchement des mesures de protection, une troisième vague pourrait survenir et aggraver la situation actuelle.

Presqu'un an déjà que la COVID-19 nous bouscule dans nos habitudes et qu'elle nous impose une autre façon d'être et de faire, une autre façon de percevoir le monde et d'y vivre, une autre façon de côtoyer les autres ; la distanciation sociale nous éloignant, malheureusement, les uns des autres.

Nous devons faire preuve de patience, de prudence et de solidarité et ne pas oublier que nous ne sommes pas tous égaux devant la maladie. Ne pas respecter les mesures de distanciation sociale imposées, ce n'est pas seulement se mettre soi-même en danger, mais aussi tous ceux qui sont vulnérables. Il y va d'une responsabilité collective.

L'essentiel est de réduire les chaînes de circulation de la COVID-19 pour sauvegarder notre santé publique et favoriser le redémarrage de tous les secteurs d'activités à l'arrêt. Ils sont nombreux à être proche d'un gouffre financier avec toutes les conséquences psychologiques et psychiques pour ceux qui y travaillent.

C'est dans la nostalgie des fêtes de Noël et de Nouvel An, que cette année vient de commencer, succédant à une année charnière qui laissera des traces dans l'histoire de l'Humanité.
Un début d'année avec un goût de trop peu pour beaucoup !
Mais, toute année nouvelle s'accompagne de vœux divers qui, heureusement, nous permettent aussi de rêver.
Il y a toujours un rêve qui veille a écrit le poète Louis ARAGON.
Ce rêve, pour la majorité d'entre nous, c'est de voir le vaccin freiner l'expansion de la COVID-19 aux fins de pouvoir sortir de cette période d'incertitude au plus tôt.

En affrontant cette crise sanitaire, nous avons pris ou repris conscience que notre santé demeure notre bien le plus précieux et qu'il convient de le protéger dans sa fragilité.

Pour notre Ministre fédéral des Affaires sociales et de la Santé publique, Franck VANDENBROECK, nous naviguons en pleine tempête et quand on est en pleine tempête, il faut d'abord en sortir.
Et même, si aujourd'hui nous vivons dans le doute et l'angoisse, osons regarder le futur avec optimisme en refusant la résignation.

Le temps presse, le coronavirus ne nous attend pas.

Bonne année à tous et bonne santé.

Tout ira mieux demain !

« Dans la vie, rien n'est à craindre,
tout est à comprendre »
Marie CURIE

E. DENOEL
Président

Magazine bimestriel - pas de parution en juillet et août
COMITÉ DE RÉDACTION : M. E. DENOEL (Président), Melle C. DELOR, M. J.B. GERARDY
RÉDACTEUR EN CHEF : M. Ph. WILLEZ / MISE EN PAGE ET IMPRESSION : Snel - Images utilisées sous licence de Shutterstock.com

NOTRE POLYCLINIQUE NEUTRE DE CHARLEROI

La polyclinique Neutre de Charleroi, accueille tout patient quelle que soit sa mutuelle.

- ouverte à tous de 8h à 16h30 du lundi au vendredi
- sur rendez-vous au 071/20 53 01 (excepté les prises de sang)
- www.pncharleroi.be
- respect des tarifs légaux

SERVICE RADIOLOGIE

- Echographie
- Echo Doppler
- Densitométrie ossseuse
- Radiologie
- Mammographie

LES SERVICES MÉDICAUX

CARDIOLOGIE, GYNÉCOLOGIE, OPHTALMOLOGIE, CHIRURGIE, MEDECINE PHYSIQUE-READAPTATION, PNEUMOLOGIE, PSYCHOLOGIE, UROLOGIE, OTO-RHINO-LARYNGOLOGIE, RHUMATOLOGIE

LES SERVICES DENTAIRES

DENTISTERIE GÉNÉRALE

LES SERVICES PARAMÉDICAUX

KINÉSITHÉRAPIE, LOGOPÉDIE, PÉDICURIE, MAISON DE l'AUDITION, DIÉTÉTIQUE

CENTRE DE PRÉLÈVEMENTS

Le laboratoire réalise le mercredi (de 8h à 9h30), prises de sang et prélèvements en vue d'analyses médicales.

Urgent :
La POLYCLINIQUE NEUTRE de CHARLEROI recherche

Un/une DERMATOLOGUE
Une/une DIABÉTOLOGUE
Une/un RHUMATOLOGUE

Pour prestations 1 ou 2/10 (ou plus) par semaine.
Horaires à convenir et conditions avantageuses.

Si vous êtes intéressé(e), veuillez prendre contact, du lundi au vendredi, de 8h à 16h au n° de téléphone 071/205 300 ou encore par email : francoise.fontinoy@lamnbe.

NOTRE POLYCLINIQUE CENTRE DE MÉDECINE SPÉCIALISÉE DE LIÈGE

Le CMS Asbl, polyclinique de La Mutualité Neutre, accueille tout patient quelle que soit sa mutuelle.

- ouvert à tous de 8h à 17h30 du lundi au vendredi
- sur rendez-vous au 04/254.54.11
- respect des tarifs légaux
- parking gratuit à l'arrière du bâtiment (rue de Chestret, 4 et 6 – 4000 LIEGE ; quartier des Guillemins).

LES SERVICES MÉDICAUX

CARDIOLOGIE, DERMATOLOGIE, GASTRO-ENTÉROLOGIE, GYNÉCOLOGIE, OPHTALMOLOGIE, OTO-RHINO-LARYNGOLOGIE, ORTHOPÉDIE, RHUMATOLOGIE

LES SERVICES DENTAIRES

DENTISTERIE GÉNÉRALE, ORTHODONTIE, IMPLANTOLOGIE

LES SERVICES PARAMÉDICAUX

SEMELLES ORTHOPÉDIQUES, DIÉTÉTIQUE, KINÉSITHÉRAPIE, LOGOPÉDIE, PÉDICURIE, SOINS INFIRMIERS

CENTRE DE PRÉLÈVEMENTS

Le laboratoire Synlab réalise tous les jours ouvrables (de 8h à 10h30), prises de sang et prélèvements en vue d'analyses médicales.

LES ANTIBIOTIQUES

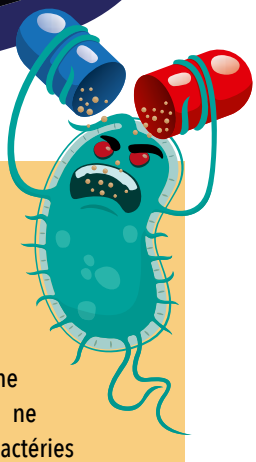
Le but de cette campagne est de réduire drastiquement la consommation globale d'antibiotiques en dehors des hôpitaux, d'environ 1.000 traitements par 1.000 habitants par an aujourd'hui, à 600 traitements en 2020 et à 400 traitements en 2025.

La BAPCOC, la Commission belge de coordination de la politique antibiotique, le SPF Santé publique et la 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 nos pays voisins, à savoir les Pays-Bas, ou en Suède.

Une consommation excessive et un mauvais usage des antibiotiques font que les bactéries deviennent insensibles aux antibiotiques. Ceci constitue une sérieuse menace pour tous. Les antibiotiques sont des médicaments qui sauvent des vies et qui sont un bien rare.

Partant de ce constat, nous vous encourageons à devenir un(e) « Antibiotic Guardian » comme des dizaines de milliers d'autres citoyens, médecins, vétérinaires, étudiants ou enseignants.

« Antibiotics Guardian » est une initiative de Public Health England qui a beaucoup de succès. C'est pourquoi la BAPCOC (Commission belge de coordination de la politique antibiotique) a traduit le projet en néerlandais et en français pour atteindre l'objectif. Vous trouverez davantage d'informations sur ces campagnes de sensibilisation et sur leurs différentes composantes sur **www.usagecorrectantibiotiques.be** (Avenue de Tervueren 211 à 1150 Bruxelles - Tel.: 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).



Devenez, vous aussi, « Antibiotic Guardian »

A quand remonte votre dernière infection ? Sachant que vous pouvez facilement obtenir des antibiotiques, vous n'étiez probablement pas fort inquiet/inquiète. Mais le problème aujourd'hui, c'est que les antibiotiques ne combattent plus aussi efficacement les bactéries qu'autrefois. Les bactéries 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. Ce serait comme si nous revenions aux années 30, à la période d'avant la découverte des antibiotiques. Les infections que nous considérons comme banales deviendront fatales. Des opérations complexes seront impossibles vu le risque d'infection. En fait, la médecine moderne dépend énormément des antibiotiques. Saviez-vous que le traitement anticancereux 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 !

Pour freiner l'antibiorésistance, l'usage inutile d'antibiotiques doit diminuer drastiquement.

Vous pouvez apporter votre pierre à l'édifice en devenant un(e) « Antibiotic Guardian» (Gardien d'un usage correct des antibiotiques). Choisissez vous-même par quelle simple promesse sur www.antibioticguardian.com/french, vous vous engagez à encourager un meilleur usage des antibiotiques et invitez d'autres personnes à faire de même.

« Antibiotic Guardian » soutient la stratégie britannique de résistance aux antimicrobiens, la Journée européenne d'information sur les antibiotiques (le 18 novembre) ainsi que la Semaine mondiale pour un bon usage des antibiotiques et bénéficie du soutien de la (BAPCOC).

Rendez-vous sur **www.antibioticguardian.com/french** !

ARRÊTER DE FUMER

ARRÊTER DE FUMER EST UNE DÉCISION IMPORTANTE POUR VOTRE SANTÉ !

Persévérez dans votre décision, même si vous n'y arrivez pas directement !

La plupart des fumeurs ont besoin de plusieurs tentatives avant d'arrêter réellement. Alors, toute tentative est un pas en avant jusqu'à l'arrêt définitif.

Rendez-vous chez un tabacologue pour obtenir un accompagnement individualisé. Les conseils, associés ou non aux médicaments, augmentent vos chances de réussite.

- **Vous êtes domicilié à Bruxelles ou en Wallonie ?**
  L'intervention de votre mutualité est de **30 euros** pour une première séance, **20 euros** pour les séances suivantes avec un maximum de 7 séances sur une période de deux années civiles. Pour les femmes enceintes, l'intervention est de **30 euros** par séance avec un maximum de 8 séances par grossesse. Une seule condition : consulter un médecin ou un tabacologue agréé (voir sur **www.tabacstop.be**). Il vous suffira ensuite de transmettre l'attestation de soins à votre mutualité.
- **Vous êtes domicilié en Flandre ?**
  Vous ne payez qu'une partie des coûts vous-même. Le gouvernement flamand verse le reste au tabacologue. Vous saurez exactement combien vous devez payer et où trouver des tabacologues sur **www.tabacstop.be**.
  Si vous êtes bénéficiaire de l'intervention majorée (BIM), vous payez moins.

Aide téléphonique et aide en ligne gratuites.

Un tabacologue est à votre écoute au 0800 111 00. Il peut vous proposer 8 séances gratuites de coaching par téléphone. Il existe également une application gratuite (disponible dans l'App store et Google play) qui offre un soutien à l'arrêt : quiz, conseils quotidiens, économies réalisées par les cigarettes non-fumées, défis ludiques pour se changer les idées si on a envie de fumer, chat avec d'autres « futurs ex-fumeurs », etc. Voir sur **www.tabacstop.be**.

Aide médicamenteuse

Au début de l'arrêt, la dépendance physique peut provoquer des symptômes de sevrage et compromettre la réussite. Une médication adaptée, conseillée dans le cadre d'un suivi personnalisé, permet de diminuer les risques de rechute.

- Les substituts à la nicotine aident à soulager les symptômes de sevrage. Ils sont en vente libre en pharmacie et ne sont pas remboursés.
- D'autres médicaments ne sont disponibles que sur ordonnance médicale. Ils sont en grande partie remboursés.

La « **bupropione** » est indiquée si vous avez plus de 35 ans et souffrez de maladie pulmonaire obstructive chronique (BPCO).

La « **varénicline** » : le « starter pack » (2 semaines d'essai du médicament) et 3 cures sont remboursés par votre mutualité sur une période de 5 ans.

Bon à savoir

En plus des interventions de l'assurance obligatoire citées ci-dessus, pour vous aider à arrêter de fumer, l'assurance complémentaire de La Mutualité Neutre intervient dans le coût d'un traitement médicamenteux anti-tabac, à raison de **30 euros** par année civile.

Tabacstop
Fondation contre le Cancer
0800 111 00
www.tabacstop.be

TAUX DES COTISATIONS D'ASSURANCE OBLIGATOIRE POUR L'ANNEE 2021

Les titulaires qui ne paient pas de cotisations sociales dans le cadre d'un revenu professionnel ont aussi droit aux soins de santé moyennant le paiement de cotisations personnelles. Les mutualités perçoivent ces cotisations auprès de leurs assurés, selon leur statut. Ces cotisations sont adaptées à l'indice des prix à la consommation.

1. ASSURANCE CONTINUEE - REGIME GENERAL

- 21 ans et plus : **46 € par mois ;**
- de 18 à 21 ans : **34,75 € par mois ;**
- de 14 à 18 ans : **23 € par mois.**

Peuvent bénéficier de l'assurance continuée, les assurés qui ne sont temporairement plus soumis à l'assurance obligatoire soins de santé et se trouvant dans une situation sociale digne d'intérêt (chômeurs n'ayant plus droit aux allocations de chômage, titulaire en congé sans solde, …).

2. ETUDIANTS

- **63,90 € par trimestre.**

Les étudiants au sens de la réglementation A.M.I. sont ceux qui fréquentent un enseignement de cours du jour, en Belgique, du 3e niveau, auprès d'un établissement reconnu par 1 des 3 communautés en Belgique et repris dans la liste de l'INAMI.

3. PERSONNES INSCRITES AU REGISTRE NATIONAL DES PERSONNES PHYSIQUES

Par trimestre :

- normal : **753,75 €** ;
- si les revenus sont inférieurs au plafond des revenus annuels pour bénéficier d'une réduction de la cotisation personnelle soit 36.112,24 euros augmentés de 3.694,61 euros par personne à charge : **376,87 €** ;
- si les revenus sont inférieurs au montant annuel prévu pour bénéficier de l'intervention majorée soit 19.957,16 euros augmentés de 3.694,61 euros par personne à charge : **63,90 €** ;
- si les revenus sont inférieurs au montant annuel du revenu d'intégration cat 3 soit 15.550,96 euros : **0,00 €**.

Les 'résidents' sont les personnes qui :

- résident officiellement en Belgique et sont inscrites dans les registres belges de la population ;
- viennent de l'étranger et sont en possession des documents légaux pouvant justifier leur qualité.

4. COTISATION ANCIEN PERSONNEL DU SECTEUR PUBLIC EN AFRIQUE

- **43,47 € par trimestre.**

5. COTISATIONS DES MEMBRES DES COMMUNAUTES RELIGIEUSES

- titulaire de moins de 65 ans : **96,52 € par trimestre ;**
- titulaire de 65 ans ou plus : **27,60 € par trimestre.**

COTISATION DE SOLIDARITÉ (FONDS SPECIAL DE RESERVE)

Tout comme les années précédentes, il n'y aura pas de perception cette année !

Cette cotisation, voulue par le législateur, sert à couvrir d'éventuels déficits du secteur soins de santé. Il est important de savoir qu'un montant minimum par membre est imposé pour alimenter le fonds spécial de réserve et ce, dans le cadre de la responsabilisation financière des organismes assureurs. Les projections n'étant pas défavorables, nous ne réclamerons pas en 2021, une participation de votre part.

Une bonne nouvelle donc !

ASSURANCE COMPLÉMENTAIRE 2021

€ 9,5 par mois … INCOMPARABLE !

Plus de 50 avantages sans plafond familial, gratuit pour les personnes à charge

L'assurance complémentaire est **obligatoire** depuis le 1er janvier 2012 et ce pour toutes les Mutualités de Belgique (loi du 26 avril 2010 publiée au Moniteur Belge du 28 mai 2010).

Les avantages sont attribués aux bénéficiaires (titulaires et ses éventuelles personnes à charge) **en règle de cotisations** et sous certaines conditions. Ils sont accordés suivant les statuts publiés sur notre site Internet.

NAISSANCE & ENFANCE

NAISSANCE ET ADOPTION

350 € par naissance d'un enfant ou lors d'une adoption.

ALLAITEMENT MATERNEL ET LAIT POUR BÉBÉS

30 € de prime unique après 3 mois d'allaitement.
30 € pour l'achat en pharmacie de boîtes de lait pour les bébés de moins d'1 an.

LANGES POUR BÉBÉ

MIEUX QU'EN 2020 !

50 € par an dans le coût d'achat de langes jetables pour bébé jusqu'à la veille du 3e anniversaire.
100 € par an dans le coût d'achat de langes réutilisables pour bébé jusqu'à la veille du 3e anniversaire.
Ces deux interventions ne sont pas cumulables entre elles sur une même année civile.

TEST DU SOMMEIL

Remboursement du ticket modérateur du test du sommeil (détection du risque de mort subite) chez les nourrissons.

CRÈCHE

50 € par an dans les frais de crèche ou d'accueillante agréée par l'O.N.E. des enfants de leur naissance au jour de la veille de leur 3e anniversaire.

GARDE D'ENFANTS MALADES

Présence d'une personne qualifiée à votre domicile gratuitement, pour les enfants de moins de 12 ans - 5 jours consécutifs maximum - 15 jours par an.

GARDERIE D'ENFANTS

50 € par an dans les frais de garderie des enfants à partir du jour de leur 3e anniversaire jusqu'au jour de la veille de leur 6e anniversaire.

PSYCHOMOTRICITÉ

12 € par séance pour les enfants de - de 6 ans, plafond annuel de **120 €**.

LOGOPÉDIE

Sans accord du médecin-conseil : **5 €** par séance, plafond annuel de **375 €**.
Avec accord du médecin-conseil : **3 €** par séance, plafond annuel de **225 €**.

ORTHODONTIE

Jusqu'à **750 €** pour un enfant ayant un accord du médecin-conseil avant son 15e anniversaire.

KINÉSITHÉRAPIE PÉRINATALE

5 € par séance de kiné périnatale hors hospitalisation, 9 séances/an soit **45 €**.

SOINS DES JEUNES 100 % REMBOURSÉS

Remboursement des tickets modérateurs pour les soins ambulatoires des jeunes jusqu'à la veille de leur 18e anniversaire, sans franchise, pour les consultations et visites chez les médecins spécialistes et généralistes et les prestations des dentistes, kinés, infirmier(ère)s, pour autant qu'un Dossier Médical Global (DMG) soit ouvert.

VACANCES POUR JEUNES

40 € par an pour les voyages scolaires avec nuitée qui ont lieu en période scolaire.
6 € par jour avec un plafond de 20 jours/an soit **120 €** pour les activités pendant les vacances scolaires.
Pour les enfants âgés de 2 ans au moins qui atteignent leur 3e anniversaire dans l'année du début du séjour et qui n'atteignent pas leur 19e anniversaire dans l'année du dernier jour de séjour.

DÉPISTAGE & PRÉVENTION

CONTRACEPTION

40 € par an pour la fourniture de pilules, patchs, anneau vaginal et injection.

120 € pour la fourniture d'un stérilet ou d'un implant par période de 36 mois.

40 € par an pour la fourniture de préservatifs délivrés en pharmacie.

VACCINATION

35 € par an par bénéficiaire pour tout type de vaccin (vaccination enfants, tétanos, grippe, séjour en régions tropicales, …).

MIEUX QU'EN 2020 !

BILAN SANTE

25 € par examen, 2 maximum, en cas d'examens médicaux préventifs (cancers de la peau, du sein, de la prostate, du côlon et des intestins, ostéoporose, diabète de type II et maladies cardiovasculaires).

25 € par an dans les frais d'abonnement à une app médicale agréée par mHealth Belgium.

10 € par test de détection du coronavirus, max. 20 € par an.

FORMATIONS ET AIDES SOCIALES

AIDE SOCIALE

Une intervention financière peut être accordée aux bénéficiaires de l'intervention majorée qui sont confrontés à des frais exceptionnels et élevés suite à leur état de santé, un traitement médical ou des soins **500 €** max par dossier, max **1.000 €** par an.

FORMATION PREMIERS SECOURS

Formations organisées par la Croix Rouge ou de tout autre organisme agréé par celle-ci.

- Brevet Européen de Premiers Secours (BEPS) : **45 €**
- Secouriste : **70 €**
- « Bosses et bobos » : **35 €**
- « 3 minutes pour sauver une vie » : **25 €**
- Réanimation pédiatrique : **25 €**.

LANGUE DES SIGNES ET LPC

150 € pour les frais d'inscription à un module de formation en langue des signes ou en langage parlé complété (LPC).

PERMIS-MUT

7,5% de réduction sur la plupart des produits des auto-écoles BARA et STARTER.

PRÊTS « GARANTIE LOCATIVE »

Prêts pour la garantie locative d'un kot d'étudiant ou pour un premier logement.
Plafond de **1.000 €** par prêt (ou deux mois de loyer maximum).

SERVICE JURIDIQUE « MUJA »

Conseils et aides à faire valoir vos droits et connaître vos devoirs en matière de législation des soins de santé.

SERVICE SOCIAL

Le service vise à offrir une aide et des services à toute personne se trouvant dans une situation problématique en raison d'une maladie, d'un handicap, d'une vulnérabilité financière ou sociale, ainsi qu'aux auxiliaires de vie.

INTERVENTIONS SPÉCIFIQUES

CONVALESCENCE

Intervention de **20 €** par nuitée, 7 nuits min et 28 nuits max.

DIABÈTE

50 € tous les 36 mois pour l'achat d'un glucomètre ou de tout appareil permettant le contrôle de la glycémie.
10 € par boîte de tigettes, lancettes ou par patch (jusqu'à **40 €** par année civile).

DIÉTÉTIQUE

12,50 € par séance (anorexie, obésité ou surcharge pondérale), plafond annuel de 8 séances soit **100 €**.

FÉCONDATION IN VITRO

500 € dans les frais de fécondation in vitro.

GREFFE

1.000 € pour : greffe du cœur, du foie, du pancréas, du rein, de la mœlle, des poumons.

IMMUNOTHÉRAPIE ALLERGÉNIQUE

Remboursement pendant 3 ans de 60% du coût du traitement contre le rhume des foins, l'asthme ou les acariens, plafond annuel de **300 €**.

KINÉSITHÉRAPIE

0,65 € par séance de traitement de kiné ambulatoire pour les pathologies lourdes (liste E) ou aigues et chroniques (liste F), max 50 séances par an soit **32,5 €**.

MÉDICAMENTS GÉNÉRIQUES

100 % sur le ticket modérateur des médicaments génériques délivrés en pharmacie, plafond annuel de **100 €**.

ORTHODONTIE

Sans accord du médecin-conseil, **150 €**.

PÉDICURIE

5 € par séance, plafond annuel de 4 séances soit **20 €**.

POSTUROPODIE

MIEUX QU'EN 2020 !

50 € tous les 2 ans pour l'achat de semelles de posturopodie.

PROTHÈSES

MIEUX QU'EN 2020 !

Prothèse dentaire amovible, **50 €** tous les 4 ans.
Prothèse capillaire en cas de chimiothérapie, **50 €** tous les 24 mois.
Prothèse orthopédique, **50 €**.
Placement d'une lentille intraoculaire lors d'une opération de la cataracte, **50 €**.
Prothèse acoustique, **50 €** par an par prothèse.

PSYCHOLOGIE

15 € par séance, plafond annuel de 12 séances soit **180 €**.

SEVRAGE TABAGIQUE

30 € par an dans le coût d'un traitement médicamenteux anti-tabac.

TICKET MODÉRATEUR DES + DE 18 ANS

MIEUX QU'EN 2020 !

Remboursement à 100% du ticket modérateur des soins ambulatoires pour les consultations des médecins généralistes et des médecins spécialistes en gynécologie et ophtalmologie avec DMG ouvert, **sans franchise.**

LOISIRS, SPORTS ET VACANCES

SPORTS

40 € par an pour toute affiliation à un club sportif, un centre de fitness, un club de natation (y compris les bébés-nageurs), un programme d'initiation au jogging...

SOINS À L'ÉTRANGER

En cas de séjour récréatif à l'étranger, intervention illimitée dans les frais d'hospitalisation :

- Pour tous pays membres de l'Union Européenne, Algérie, Bosnie-Herzégovine, Egypte, Islande, Israël, Jordanie, Kosovo, Liechtenstein, Macédoine, Maroc, Monténégro, Norvège, Serbie, Suisse, Tunisie et Turquie (aussi pour les séjours Erasmus)
- Pour les enfants bénéficiant d'allocations familiales : couverture mondiale.

VACANCES ASSISTANCE MUTAS

Assistance médicale à l'étranger* en cas de maladie, d'accident et/ou d'hospitalisation.

- Envoi de médicaments
- En cas de nécessité médicale, rapatriement du malade ou du blessé par avion sanitaire ou tout autre moyen de transport vers un centre hospitalier mieux équipé en Belgique ou à l'étranger (pas de limitation)
- Prise en charge du logement et du retour de l'accompagnant avec plafond de **1.200 €**.

* Mutas intervient dans tous les pays couverts par « Soins à l'étranger »

VACANCES POUR PERSONNES HANDICAPÉES

250 € par an pour les séjours organisés en faveur des personnes handicapées.

VACANCES POUR JEUNES

www.Horizons-Jeunesse.be organise des séjours en Belgique et à l'étranger à des prix avantageux, avec un encadrement professionnel de qualité.

VACANCES EN FAMILLE

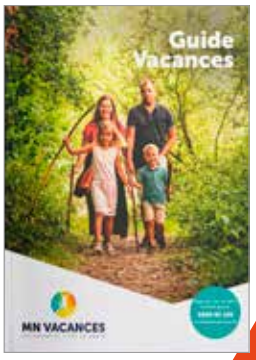
www.mnvacances.be vous accueille dans ses 2 domaines de vacances en Belgique. Profitez de 25 % de réduction sur votre chambre en utilisant le code promo MEMBRE.

Découvrez aussi le avantages chez nos différents partenaires Center Parcs, Sunweb, Belvilla, Vacances Bleues, Villages Club du Soleil, CroisiEurope et 7Plus...

Plus d'infos, voir p. 14 et 15.

VACANCES ET EXCURSIONS EN GROUPE

Notre service vous accompagne lors de voyages et excursions en groupe organisés par La Mutualité Neutre ou par notre agence de voyages MN Vacances.



MÉDECINES ALTERNATIVES

MÉDECINES ALTERNATIVES

10 € par consultation d'homéopathie, chiropractie, hippothérapie, ostéopathie, acupuncture et mésothérapie chez les prestataires agréés, plafond annuel de **70 €**.

MÉDICAMENTS HOMÉOPATHIQUES

Intervention de 50 % sur le prix des médicaments, plafond annuel de **100 €**.

OPTIQUE

CONFORT DE LECTURE

150 € pour l'achat d'appareils de confort pour la lecture (loupe vidéo et optique, synthèse vocale, logiciel d'agrandissement).

OPÉRATION

Opération au laser/ultrasons : **125 €** par œil soit **250 €**.

VERRES, MONTURES, LENTILLES

100 € tous les 48 mois pour les montures, les verres ou lentilles de contact.

SOINS À DOMICILE

AIDES FAMILIALES À DOMICILE

1 € par heure prestée par un service d'aide familiale, d'aide-ménagère ou garde-malade agréé, max 400 heures par année civile, plafond annuel de **400 €**.

MATÉRIEL MÉDICAL

Nous vous proposons une large gamme de matériel médical à la vente ou à la location à des prix préférentiels.

MATÉRIEL SANITAIRE ET DE RÉADAPTATION

40 € dans le coût de location ou d'achat de matériel sanitaire et de réadaptation.
75 € pour la location ou l'achat d'un lit destiné au maintien à domicile des cas lourds ou aux soins palliatifs, ou d'un lit antireflux pour bébé.
75 % du prix d'achat limité à **75 €** pour la location ou l'achat d'un aérosol.
75 € pour des vêtements adaptés pour des patients atteints d'un cancer.

TÉLÉVIGILANCE

Installation gratuite et location mensuelle modique (0,50€ par jour) pour un système de télé-assistance 24h/24 et 7j/7 Intervention de **9 €** par mois soit max **108 €** par an.

TRANSPORTS

AMBULANCE

Transporteur non conventionné :

- En cas de transport non urgent : forfait de **20 €** pour les 20 premiers km puis **1 €**/km
  Plafond de **250 €** par jour, un seul aller et retour par jour
  Plafond annuel : **500 €**
- En cas de transport urgent (appel au 112) : forfait de **20 €**.

Transporteur conventionné :

Tarifs préférentiels : détails et liste des transporteurs sur **www.lamn.be**.

FRAIS DE DÉPLACEMENT

Le service intervient dans les frais de déplacement en cas d'hospitalisation (avec ou sans nuitée). Il intervient également en cas de consultation, ou d'acte technique par un médecin spécialiste, à l'exclusion des médecins spécialistes en gynécologie et en pédiatrie.

Les interventions ne sont accordées que pour l'aller et le retour. Les heures d'attente ne sont jamais prises en considération et ne peuvent, en aucun cas, être assimilées au kilométrag.

L'intervention est limitée à 50 km (aller et retour) en dehors du territoire belge.

Les plafonds suivants sont d'application, par année civile et par bénéficiaire :

- **100 €** pour les soins prodigués en dehors d'un centre hospitalier
- **200 €** pour les soins prodigués en centre hospitalier.

En taxi - taxi social - VSL – TPMR, remboursement de **0,25 €** / km, forfait ville de **5 €**, plafond de **75 €** par jour.

En véhicule privé, en transport en commun et en transport UBER, remboursement de **0,12 €** / km, plafond de **35 €** par jour.

TRANSPORT EN CAS DE TRAITEMENT DE RADIOTHÉRAPIE, CHIMIOTHÉRAPIE OU DIALYSE RÉNALE

0,25 € / km, plafond annuel de **500 €**.

TRANSPORT AÉRIEN URGENT

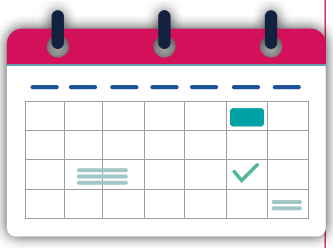
Jusqu'à **650 €** par jour avec transport et **250 €** sans transport.

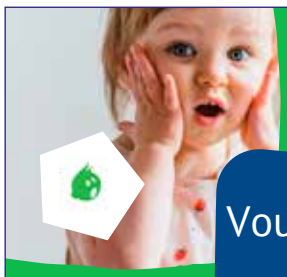
Toutes les données présentées dans ces pages le sont à titre informatif et sous réserve d'approbation de l'Office de contrôle des Mutualités.
Pour plus de détails, consultez nos statuts sur www.lamn.be/statuts.

DATES DE PAIEMENT DES INDEMNITÉS POUR L'ANNÉE 2021

Le paiement des indemnités d'assurance maladie-invalidité des travailleurs salariés et des travailleurs indépendants se fera aux dates suivantes :

- **27 janvier 2021**
- **24 février 2021**
- **29 mars 2021**
- **28 avril 2021**
- **27 mai 2021**
- **28 juin 2021**
- **28 juillet 2021**
- **27 août 2021**
- **28 septembre 2021**
- **27 octobre 2021**
- **26 novembre 2021**
- **21 décembre 2021**





Vous êtes enceinte ?

Demandez **dès maintenant** votre prime de naissance de **1.122 €** à KidsLife.

Il suffit de compléter une demande sur notre site. Vous n'avez pas besoin d'un certificat médical pour vous enregister. KidsLife vous versera la prime de naissance **2 mois avant la date prévue pour l'accouchement**.

Pourquoi ?
Parce que vous pouvez choisir librement votre Caisse d'allocations familiales. Chez KidsLife, nous faisons tout pour que vous soyiez au courant des avantages financiers prévus pour les enfants. Vous ne manquez rien ! Notre mission est de **donner à chaque enfant toutes les chances d'être heureux.**

KidsLife est le regroupement des caisses de Group S, Liantis et EASYPAY GROUP. Nous sommes engagés à payer en temps et en heure les allocations de plus de 350.000 enfants dans toute la Belgique.

C'EST FACILE >

Rendez-vous sur kidslife.be ou au 078 48 23 45

KidsLife Allocations familiales

Partenaire de LA MUTUALITÉ NEUTRE

MUT-PERMIS

Tu vas avoir 17 ans et tu envisages de passer ton permis voiture ou cyclo ? Vous souhaitez donner un nouvel élan dans votre carrière et passer le permis camion ou bus ? Vous rêvez de perfectionner votre conduite ?

La Mutualité Neutre et les auto-écoles BARA-Ipams-Starter s'associent pour vous offrir de nombreux avantages.

Permis voiture :
Remise variable sur les cours théoriques cat B selon la formule choisie :

- Remise de **50 €** pour la formation de 20h de cours pratiques en cat B
- Remise de **75 €** pour la formation de 30h de cours pratiques en cat B
- Pas de remise en pratique cat B pour les formations inférieures à 20h

Permis autres catégories :

- Remise de **7,5 %** sur les cours théoriques et pratiques

Maîtrise et éco-conduite :

- Remise de **40 €** pour la voiture
- Remise de **50 €** pour la moto

COMMENT BÉNÉFICIER DES AVANTAGES ?

Afin d'obtenir la réduction de votre choix, il vous suffit de présenter une attestation spécifique de La Mutualité Neutre à votre auto-école. Cette dernière peut être obtenue dans un de nos 63 points de contact ou par mail à l'adresse info@lamn.be.

Attention, la remise vous sera accordée uniquement si vous en faites la demande à votre auto-école ou centre de maîtrise cités plus haut avant la fin de la formation.

Plus d'infos sur **www.lamn.be** et dans notre brochure disponible sur simple demande. Pour tout complément d'information, contactez le service communication de La Mutualité Neutre.

LA COMMISSION FÉMININE

Commission Féminine Neutre

Toujours fidèles au poste et suivant un rite immuable, nous sommes heureuses de vous présenter nos vœux.

Cependant, nous sommes tristes et désolés de ne pouvoir nous rencontrer prochainement.

Etant donné les circonstances actuelles, nous n'avons pas d'autres choix que de tout annuler jusqu'à nouvel ordre. Dès que nous le pourrons, nous ne manquerons pas d'avertir nos fidèles participants de nos futures activités !

Pour tout renseignement complémentaire : **071/20 52 11.**

L'APA, L'ALLOCATION D'AIDE POUR LES PERSONNES ÂGÉES

L'APA est une aide destinée aux personnes âgées en perte d'autonomie disposant d'un faible revenu. En Wallonie, ce complément de revenus concerne environ 37.000 personnes âgées de 65 ans ou plus.

Depuis le 1er janvier 2021, ce sont les Sociétés Mutualistes Régionales créées au sein des Mutualités qui assurent la gestion de l'APA, sous le contrôle de l'AVIQ. Ainsi, les demandes d'allocation pour l'aide aux personnes âgées et les paiements de cette allocation sont gérés par les organismes assureurs wallons (mutualités).

Si vous êtes déjà bénéficiaire de l'APA, rien ne change pour vous. Depuis le 1er janvier 2021, votre dossier est géré par votre mutualité qui se chargera du paiement de votre allocation.

COMMENT SAVOIR SI VOUS Y AVEZ DROIT ?

L'APA est destinée aux personnes âgées de 65 ans minimum. Les critères sur lesquels l'évaluation porte son attention sont notamment la capacité à se déplacer, à préparer les repas, à faire sa toilette, à accomplir des tâches ménagères, etc.

À chaque critère est attribué un degré de difficulté. Un minimum de « points » doit être obtenu. Ainsi, pour pouvoir prétendre à une allocation, vous devez obtenir au moins 7 points. Toutefois, l'octroi de l'allocation n'est pas garanti sur base de cette seule évaluation. Il dépend aussi du niveau de revenu de votre ménage.

COMMENT INTRODUIRE UNE DEMANDE ?

Rendez-vous (ou la personne qui vous assiste) sur la plate-forme Wal-protect (**www.wal-protect.be**) pour faire la demande avec votre carte d'identité électronique (eID) ainsi que votre code PIN ou via Itsme®. Cette demande sera alors envoyée auprès du service APA de votre mutualité, qui prendra contact avec votre médecin généraliste ou spécialiste afin de rassembler tous les renseignements médicaux nécessaires.

Le travailleur social de votre mutualité, de votre commune ou du CPAS peut également se connecter à Wal-protect en utilisant sa carte d'identité électronique (eID) ainsi que son code PIN. Il sera automatiquement reconnu comme travailleur social, ce qui lui permettra d'introduire directement votre demande.

QUAND POUVEZ-VOUS FAIRE RÉEXAMINER/ RÉVISER VOTRE DOSSIER ?

Il existe deux cas de figure :

- Suite à votre première demande, vous ne percevez pas d'allocation. Cependant, si votre état de santé s'aggrave, si les revenus de votre ménage diminuent ou si votre situation familiale change, vous pouvez introduire une nouvelle demande sur la plate-forme Wal-protect pour que votre dossier soit revu.
- Vous percevez déjà une allocation, néanmoins, votre état de santé s'aggrave ou vos revenus ou ceux de votre ménage diminuent ; vous pouvez alors introduire une demande de révision sur la plate-forme Wal-protect pour que votre dossier soit revu et que le montant de votre allocation soit adapté.

A QUELLES INFORMATIONS AVEZ-VOUS ACCÈS ?

En vous connectant sur la plate-forme Wal-protect : **www.wal-protect.be** vous avez accès aux différentes informations suivantes :

- Informations personnelles (coordonnées, contacts, …).
- Informations sur votre dossier (demandes, révisions), notamment concernant l' état d'avancement de vos demandes et révisions.
- Informations sur vos droits APA (par exemple, montant payé).
- Informations sur la reconnaissance de votre perte d'autonomie, comme votre catégorie ou le nombre de points de perte d'autonomie.

QUAND VOTRE ALLOCATION SERA-ELLE PAYÉE EN 2021 ?

En 2021, les allocations sont versées aux dates suivantes :

- 26 janvier
- 23 février
- 23 mars
- 20 avril
- 25 mai
- 22 juin
- 20 juillet
- 24 août
- 21 septembre
- 26 octobre
- 23 novembre
- 21 décembre

Tenez compte du fait qu'il peut s'écouler jusqu'à 3 jours ouvrables entre le moment où le service APA de votre mutualité effectue le versement et le moment où l'argent arrive effectivement sur votre compte.

Si vous percevez pour la première fois une allocation, vous y avez droit à partir du premier jour du mois qui suit votre demande. Entre le moment de votre demande et la décision de votre mutualité, plusieurs mois peuvent s'écouler. Si vous avez droit à une allocation, celle-ci vous sera également versée pour les mois pendant lesquels votre demande a été examinée. Cette somme (les « arriérés ») vous sera alors payée en même temps que le premier versement de l'allocation, à la fin du mois qui suit la décision.

BESOIN D'AIDE POUR INTRODUIRE UNE DEMANDE ?

Pour toutes informations complémentaires concernant l'APA, le service social de votre mutualité se tient à votre entière disposition via le numéro de téléphone 081/250.767 ou l'adresse mail : apa@mutualites-neutres.be

IRISCARE

Vous êtes **bruxellois**, vous avez 65 ans ou plus, souffrez d'une perte d'autonomie et percevez un faible revenu ; vous pouvez également introduire une demande pour bénéficier de l'allocation pour l'aide aux personnes âgées (APA). Votre demande de soutien financier en tant que résident de la capitale est gérée par Iriscare depuis le 1er janvier 2021.

Si vous bénéficiez déjà de cette aide, vous ne devez rien faire, votre dossier sera automatiquement transféré à Iriscare. Vos droits et le montant de votre allocation ne changeront pas.

Plus d'infos sur le site internet : **www.myIriscare.brussels**

MN Vacances

Le service 'vacances' de La Mutualité Neutre

MN VACANCES
LES VACANCES C'EST LA SANTÉ

En 2021, découvrez nos domaines de vacances et profitez de 25 % de réduction!

À Oostduinkerke ?

- Nouvelles chambres confort
- Plage, dunes et les magasins à deux pas !

MONT-DES-DUNES

Kinderlaan 47
8670 Oostduinkerke
www.montdesdunes.be

25%
sur le prix de la chambre avec code promotion :
MEMBRE 844011

À Durbuy ?

- Chambres confort & wellness
- Au milieu de la réserve naturelle 'Mont des Pins'

MONT-DES-PINS

Mont des Pins 100
6941 Durbuy (Bomal-sur-Ourthe)
www.montdespins.be

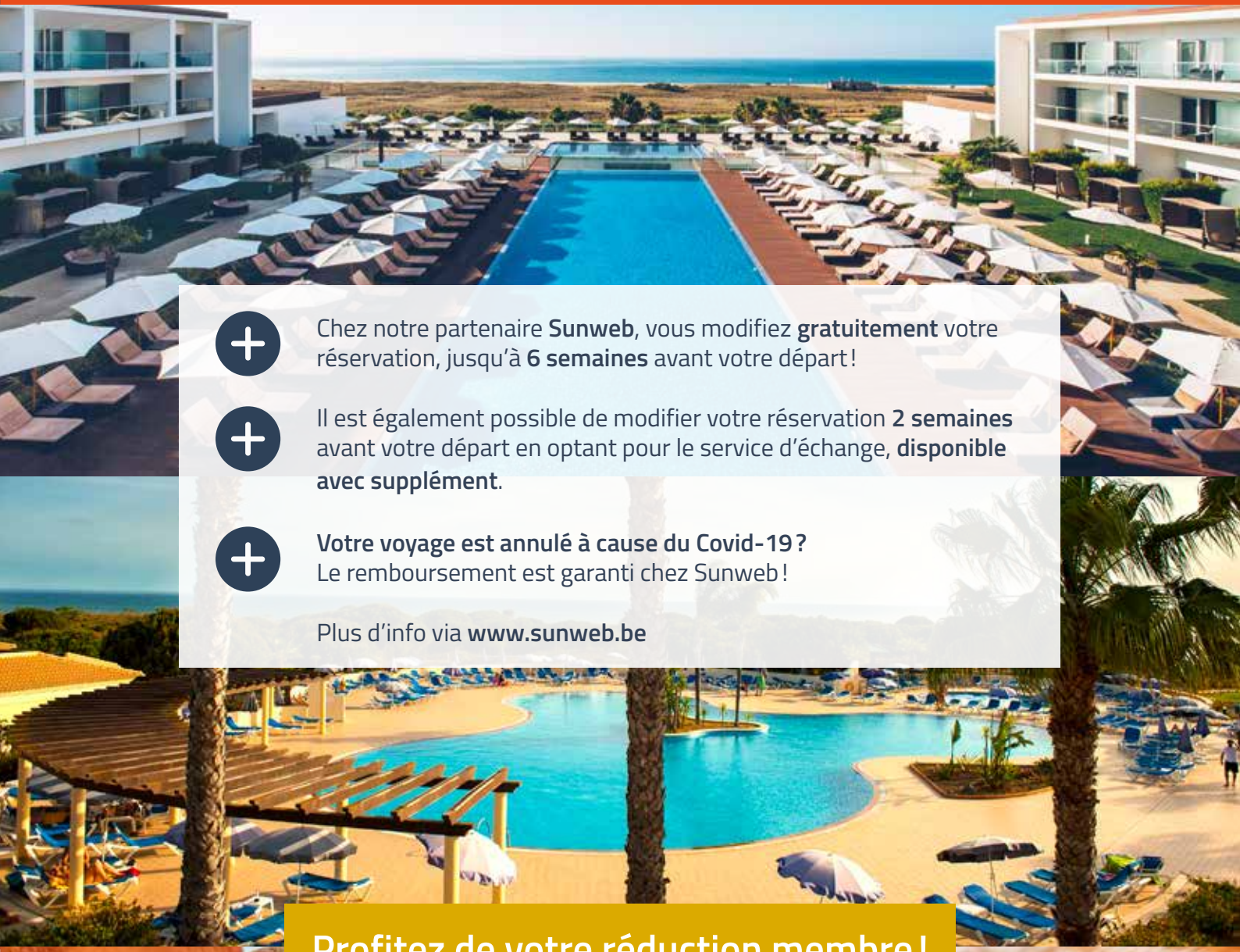
Commandez le nouveau guide vacances !

Via notre numéro gratuit **0800 95 180**
ou **info@mnvacances.be**

(Nous sommes joignables du mardi au vendredi de 9 à 16 h.)

Domaine Mont-des-Pins, Durbuy - info@montdespins.be - 086 21 21 36
Domaine Mont-des-Dunes, Oostduinkerke - info@montdesdunes.be - 058 23 40 52

Réservez vos vacances de printemps ou d'été en toute confiance via sunweb.be!



- Chez notre partenaire **Sunweb**, vous modifiez **gratuitement** votre réservation, jusqu'à **6 semaines** avant votre départ !
- Il est également possible de modifier votre réservation **2 semaines** avant votre départ en optant pour le service d'échange, **disponible avec supplément**.
- **Votre voyage est annulé à cause du Covid-19 ?**
  Le remboursement est garanti chez Sunweb !

Plus d'info via **www.sunweb.be**

Profitez de votre réduction membre !

4%
de réduction sur les vacances en avion jusqu'au 31.03.2021 !

Votre code action pour bénéficier des **4 % de réduction** :
SUNWEBMNVACANCES

Soyez rapide et découvrez leur offre via sunweb.be !

*Plus d'info et conditions via **www.mnvacances.be** ou via le numéro vacances gratuit **0800 95 180***

2021 Vacances jeunes

Séjours de 3 > 18 ans

SPORTS D'HIVER

THÈMES	PÉRIODES	ÂGES	DESTINATIONS	PRIX NEUTRE	PRIX PLEIN	PRIX AVANTAGE
SKI CARNAVAL ITALIE	13/02-21/02	14-18 ANS	Cesena (Italie)	560 €	890 €	760 €
SURF CARNAVAL ITALIE				580 €	930 €	800 €
SKI PÂQUES	03/04-10/04	10-12 ANS 13-17 ANS	Grimentz (Suisse)	510 €	800 €	680 €

SÉJOURS PRINTEMPS

THÈMES	PÉRIODES	ÂGES	DESTINATIONS	PRIX NEUTRE	PRIX PLEIN	PRIX AVANTAGE
FAIS TON PROGRAMME + PHANTASIALAND [2]	03/04-09/04	13-17 ANS	Froidchapelle (Belgique)	200 €	430 €	370 €
LE CHAMAN DU LAC + PHANTASIALAND		6-12 ANS				
SÉJOUR INCLUSION KIDS + PHANTASIALAND		6-12 ANS				
SÉJOUR INCLUSION ADOS + PHANTASIALAND		13-17 ANS				
FORT BOYAR'T + JOURNÉE AU P.A.S.S	11/04-16/04	6-9 ANS	Froidchapelle (Belgique)	170 €	370 €	320 €
DOUDOU PART EN VADROUILLE	11/04-16/04	3-5 ANS		160 €	330 €	290 €
TECHNO'FOLIX + JOURNÉE AU P.A.S.S	11/04-16/04	9-12 ANS		170 €	370 €	320 €

[2] Voir options sur le site Horizons Jeunesse (Flyboard, laser game + visite barrage)

Editeur responsable : Edouard DENOEL, rue de Chestret, 4 et 6 - 4000 LIÈGE

Demandez un code personnel de réduction via notre site pour bénéficier directement de 10% sur le prix public pour tous les séjours linguistiques « INTACO 2021 »

Les séjours été sont disponibles sur notre site

www.horizons-jeunesse.be

Garantie COVID 19, en cas d'annulation nous garantissons le remboursement

Plus d'infos :
www.horizons-jeunesse.be
secretariat@horizons-jeunesse.be • 081/250 767

Code parrainage :
P2021HJ1

HORIZONS Jeunesse