

MutualiaMag

N°40 | Juillet - Août - Septembre 2025

Santé

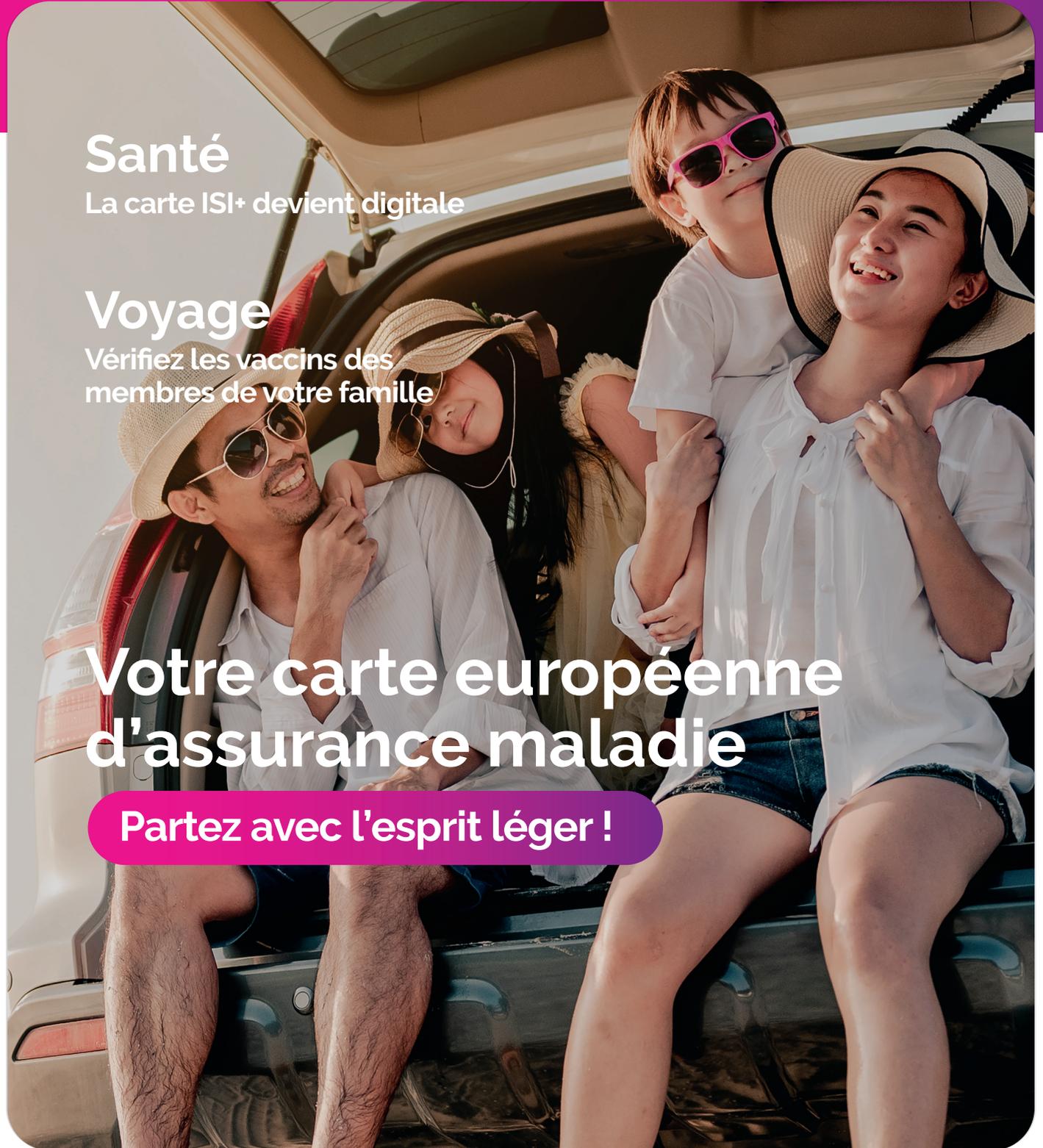
La carte ISI+ devient digitale

Voyage

Vérifiez les vaccins des membres de votre famille

Votre carte européenne d'assurance maladie

Partez avec l'esprit léger !



ENVIE DE VOUS BALADER ?
3 CONSEILS
POUR PROTÉGER VOTRE PEAU



OMBRE



VÊTEMENTS



CRÈME

Même si vous ne le voyez pas,
le soleil brûle votre peau

WWW.UV-INDEX.BE

• Votre mut'

Vos parcs d'attractions	4
Nos avantages	5
Nos services	7
Nos agences	8
Sur nos réseaux	9

• Santé

Votre carte européenne d'assurance maladie	10
La carte ISI+ devient digitale	14

• Voyage

Vérifiez les vaccins des membres de votre famille	16
---	----

• Partenaire

La semaine des Aidants-Proches	18
--------------------------------	----

MutualiaMag

Magazine trimestriel

COMITÉ DE RÉDACTION

C. GREGOIRE
M. HERBER

RÉALISATION ET MISE EN PAGE

M. HERBER

IMPRESSION

Excelle Print

SITE WEB

www.mutualia.be

EDITO

Un nouvel accord de gouvernement

Les vacances ont commencé, synonymes de détente et d'évasion. Mutualia reste à vos côtés durant cette période grâce à ses conseils, son accompagnement et ses avantages, encore renforcés depuis le 1er juillet 2025.

Ainsi, l'âge minimum requis pour pouvoir bénéficier d'un remboursement aux stages fréquentés pendant ou en dehors des vacances scolaires a été fixé à 2 ans au lieu de 3 ans actuellement; les remboursements octroyés pour les consultations psychologiques s'étendent à présent aux consultations de sexologie; enfin, une aide supplémentaire sera accordée dans le cadre de la réinsertion socio-professionnelle.

Les mesures gouvernementales visant à réduire le nombre de malades de longue durée et à encourager la réinsertion professionnelle ont été renforcées. Pour accompagner ses membres dans ce contexte, Mutualia a établi un partenariat avec une structure spécialisée dans l'accompagnement des personnes en transition ou en situation de vulnérabilité souhaitant réintégrer le marché du travail.

Les membres en incapacité de travail, entamant un trajet de retour au travail spontanément ou sur décision du médecin-conseil pourront bénéficier gratuitement de cet accompagnement. Celui-ci vise à faire le point sur leurs compétences, aspirations et valeurs, et à les aider à définir un projet professionnel et/ou de formation adapté.

Fidèle à ses valeurs, Mutualia souhaite faire de ce parcours un moment constructif et enrichissant, tourné vers la redécouverte de soi.

Bonne lecture !

Catherine Dauby,
Directrice Générale

VOTRE MUT

Toute l'actualité de votre mutualité



Chez Mutualia, vous n'êtes pas un numéro. De par leur formation, tous nos délégués mettront un point d'honneur à vous accueillir et à vous renseigner avec tout le professionnalisme qui les caractérise.

Vos parcs d'attractions à prix réduits

Vous êtes affilié chez Mutualia ? Bénéficiez de prix réduits pour vos entrées aux parcs d'attractions et réveillez l'enfant qui est en vous !

WALIBI	44€	52€
AQUALIBI	26€	35€
BELLEWAERDE	39€	43€
PAIRI DAIZA	40 ^{50€}	48€
		Enfant : 35 ^{50€} 42€
PLOPSALAND	41€	51€
		Enfant : 19€
PLOPSAQUA	22€	27 ^{50€}
		Enfant : 13 ^{50€}

Comment obtenir votre ticket ?

Réservez votre ticket via info@mutualia.be.
Infos et conditions sur www.mutualia.be.

> Mutualia rembourse les stages de vos enfants

Mutualia vous accorde **une intervention de 120 € par an maximum pour les enfants âgés de 2 ans jusqu'à la veille de leurs 18 ans** fréquentant, en dehors de la période de vacances scolaires, les excursions, les classes vertes, de neige, de mer et d'éveil, ou participant pendant la période de vacances scolaires à des stages sportifs, culturels, linguistiques ou informatiques, à des camps de mouvement de jeunesse et à des activités de pleine de jeux.

NOS AVANTAGES

> Nos stages de tennis offerts

Grâce à Mutualia, les enfants âgés de 5 à 12 ans peuvent profiter d'une initiation au tennis gratuite encadrée par un moniteur professionnel, pour permettre aux plus jeunes de s'amuser tout en développant leur coordination, leur esprit d'équipe et leur goût du sport.

Vous souhaitez plus d'informations ?

Contactez-nous au 087/31 34 45 (Verviers) - 02/743 16 66 (Bruxelles) ou par mail via info@mutualia.be



Le calendrier de nos cours

Vous habitez en région Verviétoise ?

Ces cours se donnent le samedi au tennis du Cheval Blanc de 13h à 14h pour le groupe 5-6 ans, de 14h à 15h pour le groupe 7-9ans, de 15h à 16h pour le groupe 10-12 ans. La prochaine session débutera à la rentrée scolaire.

Vous habitez en région Bruxelloise ?

Notre partenaire l'ASBL Ace Tennis Academy, présente à Woluwe-St-Pierre, vous permettra de réaliser cette initiation également dès septembre. Pour en savoir plus, contactez-nous par mail via info@mutualia.be.

Le matériel (raquettes et balles) est fourni aux élèves. Les différents groupes sont composés de 6 élèves maximum.



> Nos ateliers de massages bébé

Renforcez vos liens avec votre bébé en participant à nos ateliers "massage bébé". Lors de ces ateliers, notre kinésithérapeute vous présentera différentes techniques au travers de séances thérapeutiques et de massages aux fleurs de Bach. Profitez de ces moments privilégiés avec votre bébé !

Le calendrier de nos ateliers

A Verviers : les jeudis 04-11-18-25 septembre, 2 octobre, 20-27 novembre, 4-11-18 décembre.
A Bruxelles : les mardis 02-09-16-23 septembre, 7-14-21-28 octobre, 18-25 novembre, 2-9 décembre.

Prix de l'atelier pour l'ensemble des séances: 10€/membre, 50€/non-membre.

Vous souhaitez réserver un atelier ?

Ecrivez-nous à info@mutualia.be.

> Réinsérez-vous professionnellement après un accident ou une maladie

Dans le cadre d'un accord de collaboration conclu entre Mutualia et l'ASBL Golden Phoenix, nos affiliés peuvent bénéficier gratuitement d'une aide à l'orientation dans le cadre d'un trajet de retour au travail aux conditions suivantes :

- > Être en ordre d'assurance complémentaire;
- > Être en incapacité de travail;
- > Avoir entamé un trajet de retour au travail soit à l'initiative du médecin-conseil de la mutualité, qui aura préalablement orienté

- > le membre en catégorie 4 (Route A), soit spontanément (Route B) et avoir reçu une évaluation positive du médecin-conseil de la mutualité sur l'entame du trajet.
- > Avoir suivi le programme proposé par le prestataire jusqu'à son terme ou, jusqu'au terme de l'une de ses phases, avec une attestation du prestataire à l'appui.

Plus d'informations sur la réinsertion professionnelle ? Contactez notre service RSP via rsp@mutualia.be



> Mutualia vous rembourse

Chez Mutualia, nous savons que les soins de pédicurie peuvent faire la différence. C'est pourquoi nous proposons à nos membres un remboursement de 5€ par séance de pédicurie, avec un maximum de 8 séances par an.

> Sexologie, il y a du neuf !

Mutualia élargit son soutien à votre bien-être en incluant désormais les consultations de sexologie dans le remboursement prévu pour le suivi psychologique.

Concrètement, à partir de maintenant vous bénéficierez d'un remboursement de 20 € par séance, avec un maximum de 12 séances par an, pour un accompagnement psychologique OU sexologique. Attention, le remboursement s'applique à l'une de ces deux démarches, mais pas aux deux cumulées.

NOS SERVICES

Vos pieds méritent votre attention

Nos pieds nous portent toute la journée. Souvent enfermés, sollicités par la marche, le travail debout ou le sport, ils sont pourtant les grands oubliés de notre routine bien-être. Ce n'est que lorsqu'ils commencent à nous faire mal que l'on pense à en prendre soin.

La pédicurie médicale n'est pas uniquement un soin esthétique, mais un véritable soin de santé. Elle offre un soin complet des pieds comprenant bain de pieds, gommage, hydratation, massage, soin des ongles et pose de vernis à ongle.

Elle permet de soulager les douleurs plantaires, de traiter cors, durillons ou ongles incarnés, et de prévenir les complications, notamment chez les personnes diabétiques ou sujettes à une mauvaise circulation.

Elle améliore aussi la posture, diminue certaines tensions dans les jambes ou le dos, et offre un confort immédiat au quotidien.

En plus de notre avantage complémentaire, vous bénéficiez des services de notre pédicurie spécialisée au tarif préférentiel de 28 € la séance. N'hésitez pas à prendre rendez-vous.

Vous souhaitez prendre rendez-vous avec notre pédicurie spécialisée ? A Verviers, Valérie Bellefontaine vous reçoit le mardi Place Verte, sur rendez-vous.

Vous souhaitez plus d'informations ?

Contactez notre pédicurie Valérie Bellefontaine au 0494/61 93 02

NOS AGENCES

Nos fermetures d'été

Vous vous rendez régulièrement dans votre agence habituelle ? Attention, nous adaptons nos horaires pendant l'été.

Aubel	du 28/07 au 01/08
Barvaux	du 22/07 au 01/08 du 18 au 22/08
Dison	du 18/08 au 22/08
Dolhain	du 23/07 au 24/07 du 30/07 au 31/07 du 06/08 au 07/08 le 20/08 du 03/09 au 04/09
Erasme	04/08 au 08/08
Eupen	du 19/08 au 01/09
Formanoir	du 28/07 au 08/08
Helmet	22/07 au 25/07
Herve	du 28/07 au 08/08
Heusy	du 11/08 au 25/08
Lemonnier	04/07 au 08/08 Fermeture définitive dès le 27-08
Liège	du 06/08 au 07/08 du 13/08 au 14/08
Malmedy	le 22/07 du 26/08 au 29/08 du 02/09 au 05/09
Ottignies	du 14 au 22/07 le 12/08 du 25 au 29/08
Theux	le 18/07 du 04/08 au 08/08
Union	du 25/07 au 01/08
Vielsalm	du 04/08 au 14/08
Waremme	le 04/08 le 08/08 le 11/08
Waterloo	du 07 au 15/07 du 04 au 18/08
Wavre	du 22/07 au 25/07 du 18/08 au 22/08 le 25 et 26/08
Welkenraedt	le 18/07 du 01/08 au 14/08
Werrie	28/07 au 11/08
Zaventem	21/07 au 08/08

Vous souhaitez plus d'informations ?

Retrouvez la liste complète des fermetures d'été de nos agences sur www.mutualia.be



> Nous contacter

Pour un temps d'attente réduit, privilégiez un appel entre 13h et 16h30.

Attention, durant les mois de juillet et août, notre cellule téléphonique fermera exceptionnellement ses lignes chaque vendredi à 12h30.

Merci pour votre compréhension

> Notre agence de Liège déménage

Vous vous rendez régulièrement dans notre agence de Liège ? Attention, notre agence a déménagé depuis le 4 juin 2025.

Soucieux de vous accueillir dans de bonnes conditions et de continuer à vous garantir un service de qualité et de proximité, nous avons déménagé notre agence de Liège, située Chaussée des Prés 34, vers le Boulevard Saucy 33, à quelques enjambées de notre localisation actuelle.

Nos délégués se feront un plaisir de vous accueillir dans un bureau flambant neuf tous les mercredis et jeudis de 08:30 à 12:30 et sur rendez-vous de 13:00 à 17:00.



> Mutualia vous rembourse

Vous êtes affilié à un club sportif ? Mutua-
lia vous accorde **une intervention an-
nuelle de 60 € sur le montant de votre
affiliation à un club sportif** reconnu, et
ce, quel que soit votre âge.

SUR NOS RÉSEAUX

Mutualia était au Jogging de Verviers

**Notre équipe Mutualia a chaussé ses bas-
kets pour participer avec enthousiasme
au Jogging de Verviers !**

Un moment convivial et plein d'énergie, fidèle
à nos valeurs : santé, proximité et solidarité. Un
grand merci aux organisateurs pour leur ac-
cueil, à nos collègues mobilisés sur le terrain, et
bien sûr à toutes celles et ceux qui sont venus
nous encourager ou courir à nos côtés !

Mutualia était représenté lors des 20 km de Bruxelles

**Mutualia était présente aux 20km de
Bruxelles, un événement sportif ma-
jeur qui rassemble chaque année des
milliers de participant.e.s motivé.e.s.**

Au-delà du défi sportif, cette course symbolise
des valeurs que nous partageons profondé-
ment : le bien-être, la santé par le sport, et la
solidarité dans l'effort !

Félicitations à toutes les personnes qui ont
participé, marché, couru, encouragé ou sim-
plement transmis leur énergie positive ! Ren-
dez-vous l'année prochaine ?



 **FACEBOOK** | [Mutualia.belgique](https://www.facebook.com/Mutualia.belgique)

 **INSTAGRAM** | [Mutualiamutualiteneutre](https://www.instagram.com/Mutualiamutualiteneutre)

 **LINKEDIN** | [Mutualia-Mutualité-Neutre](https://www.linkedin.com/company/Mutualia-Mutualité-Neutre)

SANTÉ

Votre carte européenne d'assurance maladie

Un imprévu de santé pendant vos vacances, un séjour d'études ou un déplacement professionnel à l'étranger ? Avec la Carte Européenne d'Assurance Maladie, vous êtes couvert·e dans tous les pays de l'Union européenne ainsi que dans certains pays partenaires.



Partez avec l'esprit léger

Vous partez en vacances dans l'espace économique européen, en Norvège, en Islande, dans le Lichtenstein ou en Suisse ? N'oubliez pas d'emporter votre carte européenne.

Gratuite, individuelle (même pour les enfants) et valable deux ans, cette carte vous garantit l'accès aux soins médicaux nécessaires sans avance de frais, comme si vous étiez assuré(e) dans le pays visité. Elle prouve que vous êtes en règle avec l'assurance soins de santé belge.

Sans elle, vous pourriez devoir payer plein tarif et faire face à des démarches de remboursement longues et complexes. Avec la CEAM, les frais sont pris en charge, partiellement ou totalement, par une mutuelle locale.

À glisser dans votre valise avant chaque départ : que ce soit pour des vacances, un stage, un Erasmus ou une mission de travail, elle vous protège en cas de pépin.

Attention : la CEAM ne couvre pas les séjours à l'étranger dont l'unique but est de recevoir un traitement médical.

Pensez-y à temps, et voyagez en toute tranquillité !



LES PAYS DE L'ESPACE ÉCONOMIQUE EUROPÉEN (EEE) ?

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

Les soins remboursés

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

Si vous êtes en possession de votre CEAM, il vous suffira de la présenter au dispensateur de soins qui vous soignera. Il vous délivrera une attestation que vous remettrez à une mutuelle présente dans le pays dans lequel vous séjournez pour obtenir le remboursement auquel vous avez droit.

Attention : Dans certains cas, vous ne payerez au dispensateur de soins que la part qui est à votre charge, appelée ticket modérateur. Dans ce cas, vous ne devez plus entreprendre d'autres démarches.

Si vous retournez en Belgique sans avoir demandé le remboursement sur place, transmettez les factures originales et/ou l'attestation à votre mutualité, qui examinera ensuite si vous pouvez bénéficier d'un remboursement.

Vous n'avez pas de CEAM ?

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

Si vous êtes soigné dans un hôpital privé, vous ne pouvez pas utiliser la CEAM. Vous devez payer la facture et introduire celle-ci auprès de votre mutualité. La mutualité examinera si vous pouvez recevoir un remboursement. Ceci, sur la base des tarifs belges.



Comment obtenir votre CEAM ?

Pour recevoir votre carte européenne d'assurance maladie via votre mutuelle, vous avez plusieurs possibilités :

- En vous rendant en agence ;
- Via le guichet en ligne de votre mutualité : MyMutualia. Rendez-vous sur la page «Formulaires»; Cliquez sur l'onglet «demander» puis «valider» sous «Demande d'une carte européenne d'assurance maladie» et confirmez.
- Ecrivez à info@mutualia.be

Votre CEAM est personnelle. N'hésitez donc pas à la demander pour tous les membres de votre famille. Elle a aussi une date de validité, indiquée sur la carte.

Vous souhaitez plus d'informations ?
02/733.97.40 | info@mutualia.be



MyMutualia, votre guichet en ligne

Mettez vos données à jour, consultez, déposez ou obtenez de nombreux documents sans devoir vous déplacer.

Rendez-vous sur www.mutualia.be !





SANTÉ

La carte ISI+ devient digitale



Dorénavant accessible via une application ou un lecteur de carte, la carte ISI+ devient **100% digitale** pour les enfants de moins de 12 ans. Seuls les travailleurs frontaliers continueront jusqu'à nouvel ordre à recevoir une version physique de la carte.

Qui bénéficie de la carte ISI+ ?

La carte ISI+ est prévue pour les personnes qui n'ont pas de carte d'identité mais qui peuvent malgré tout bénéficier de la sécurité sociale belge ; les enfants de moins de 12 ans et les travailleurs frontaliers.

A quoi sert la carte ISI+ ?

Elle permet aux prestataires de soins de vous identifier lorsque vous vous présentez à l'hôpital, en consultation ou chez le pharmacien. Ils pourront ainsi vérifier vos droits à l'assurance maladie-invalidité et de vous garantir le remboursement correct des soins en consultant le réseau My-Carenet.

Où trouver la carte ISI+ ?

Les parents pourront accéder aux informations de la carte ISI+ de leur(s) enfant(s) via l'application mobile My-Gov ou un lecteur de cartes, permettant ainsi une identification rapide et facile.

Sécurité et confidentialité

Le passage au digital renforcera la sécurité et la confidentialité des données des patients, car les informations de la carte ISI+ ne seront plus stockées sur un support physique.

Vous souhaitez plus d'informations ?

Rendez-vous sur www.mygov.be

VOYAGE

Vérifiez les vaccins des membres de votre famille !



Vous partez en vacances? Il est essentiel de vérifier les vaccins de toute la famille pour vous protéger contre des maladies potentiellement graves, surtout si vous voyagez à l'étranger.

Avant le départ !

Vérifier votre statut vaccinal avant de voyager peut vous éviter bien des complications. En effet, les activités estivales augmentent les risques d'exposition (blessures, morsures d'animaux, piqûres), rendant des rappels comme le tétanos importants.

Être à jour limite aussi les risques pour les personnes vulnérables, et évite des complications médicales ou administratives loin de chez soi. En somme, un petit contrôle vaccinal permet de partir l'esprit serein.

Mutualia vous rembourse vos vaccins

Grâce à Mutualia, vous bénéficiez **d'une intervention de 35 € par an et par bénéficiaire pour tous vaccins reconnus en Belgique** sachant que l'intervention envisagée ne peut être supérieure au montant qui reste à charge du bénéficiaire à la suite de l'intervention de l'assurance obligatoire.



Avant tout, assurez-vous que vos vaccins de base sont à jour, en portant une attention particulière à la rougeole. Cette maladie est en recrudescence dans plusieurs régions du monde, notamment au Maroc et en Roumanie.

Cette infection virale extrêmement contagieuse touche principalement les enfants de moins de 10 ans et peut entraîner des complications graves.

La seule protection contre la rougeole reste la vaccination, gratuite sous certaines conditions, en deux doses avec le vaccin RRO (Rougeole – Rubéole – Oreillons).

Pour vérifier votre statut vaccinal, consultez votre carnet de vaccination, ou parlez-en à votre médecin traitant en cas de doute.

La clinique du voyage, des vacances sereines !

La Clinique du voyage est un service de consultation et de vaccination destiné aux voyageurs, agréé en collaboration avec Vivalis et le Fédéral.

Les consultations y sont assurées par des médecins et des pédiatres spécialisés en médecine tropicale et en médecine du voyage.

L'objectif de ce service est d'informer le voyageur sur les risques inhérents au voyage qu'il a pro-

grammé et de lui prodiguer les conseils, vaccinations et prophylaxies les plus appropriées.

En région bruxelloise, on compte 7 Cliniques du voyage. En 2024, elles ont effectué 45.000 consultations et administré 17.400 vaccins contre la fièvre jaune.

Il est fortement conseillé de prendre rendez-vous environ un mois avant la date de départ car certaines vaccinations nécessitent plusieurs doses ou l'écoulement d'une certaine période pour être réellement efficaces.

Vous souhaitez plus d'informations ?

Rendez-vous sur www.vivalis.be

PARTENAIRE

La semaine des Aidants-Proches

Du 29 septembre au 5 octobre 2025

Chaque jour, des milliers de personnes se consacrent à un proche en perte d'autonomie. Depuis 2014, la Semaine des Aidants-Proches les met en lumière et leur offre une occasion unique de rencontrer d'autres aidants-proches, de partager leur expérience et de prendre du temps pour eux.

Chaque année encore, la Semaine des Aidants-Proches se mobilise avec et pour les personnes qui soutiennent un proche en perte d'autonomie au quotidien.

Leur mission ? Valoriser, soutenir et informer les aidants-proches, tout en sensibilisant la société à leur rôle ! Bien plus qu'un évènement, c'est un véritable mouvement qui permet de briser l'isolement, faire entendre leur voix, et créer des ponts entre eux, les professionnels et le grand public.

Les ASBL Aidants Proches et Aidants Proches Bruxelles en sont les initiatrices et assurent la coordination, en travaillant main dans la main avec des dizaines de partenaires engagés à travers la Wallonie et Bruxelles : ateliers bien-être, conférences, moments d'échanges et sensibilisation.

“ Il existe deux types de reconnaissance ”

En tant qu'aidant-proche, vous pouvez demander deux types de reconnaissance :

> Une reconnaissance générale

La reconnaissance générale est une ouverture de droits sociaux et pour une durée indéterminée, à condition d'avoir sa résidence principale en Belgique et d'y résider de manière permanente et effective, et d'aider une personne proche qui en raison de son grand âge, de son état de santé ou

> Les Aidants-Proches, qui sont-ils ?

Un aidant proche est une personne qui aide au quotidien un(e) proche en état de dépendance et ce de façon non-professionnelle et gratuite pour les soins, l'administration, les repas, les courses, les transports, la prise de médicaments ou encore l'accompagnement psychologique. La proximité avec la personne aidée peut être une relation de confiance, affective ou simplement géographique.

Vous vous reconnaissez dans cette description ?

N'hésitez pas à contacter le service social de Mutualia. Notez toutefois que la mutualité compétente pour cette reconnaissance est toujours la mutualité de l'aidant, et non celle de l'aidé.

de son handicap est vulnérable et dans une situation de dépendance.

Même si cette reconnaissance n'ouvre actuellement pas le droit à un quelconque avantage social, il est intéressant de se faire reconnaître au point de vue personnel, afin de vous identifier comme tel et de posséder un statut légal.

Au niveau sociétal, il est également important d'avoir la possibilité de dénombrer les aidants proches et ce afin d'apporter des solutions à leurs besoins à plus long terme.

> **Une reconnaissance avec ouverture de droit**

Elle concerne uniquement un congé « aidant proche » que vous pouvez demander à l'ONEM si vous êtes un travailleur du secteur privé ou fonctionnaire.

Pour obtenir ce statut, vous devez rentrer dans les conditions d'une reconnaissance générale et

en plus déclarer au minimum 50 heures par mois de soutien et d'aide ou un minimum de 600 heures par an.

Pour ce type de reconnaissance, une personne aidée peut avoir maximum trois aidants proches reconnus pour un droit social en même temps. Il n'y a néanmoins pas de limite pour la reconnaissance générale.



Vous souhaitez plus d'informations ?

Contactez notre service social au 087/30 80 88 ou rendez-vous sur : www.semaineaidantsproches.be

Une difficulté liée à l'alimentation ?

Parlez-en à votre médecin ou à un professionnel de santé spécialisé.

