



Solidaris
magazine

**Zeneo Solidaris,
der Wohlfühlvorteil
der Krankenkasse!**

**Die Musik Zu laut,
zu oft, zu lang...
Gefahr fürs Gehör**

Edito

Nichts Gutes auf der Welt.

Kriege, Attentate, Klimakatastrophen, Arbeitsplatzverluste, es vergeht nicht ein Tag ohne dass ein neues Desaster am anderen Ende der Welt oder direkt bei uns die Medien füllt.

Nicht ein Tag ohne menschliche Dramen.

Diese Dramen halten uns brutal die Folgen der Globalisierung vor Augen. Diese Dramen schreien überall nach dem Wichtigsten: nach Solidarität.

Da dies auch unser bedeutendster Wert ist bei Solidaris Krankenkasse, gehen wir weiterhin davon aus, dass die Solidarität unsere beste Antwort auf soziale Dramen ist und bleibt.

Unser Gesundheitssystem wie auch unsere Soziale Sicherheit ruhen auf dasselbe wichtige Prinzip der Solidarität. Und dies macht die Kraft und den Wert davon aus.

Die soziale Situation ist bei uns nicht so ausgeprägt schlecht wie in vielen anderen Ländern wie zum Beispiel die Vereinigten Staaten, da wir uns eine starke Soziale Sicherheit bewahrt haben.

Was ist jetzt besser oder gerechter, als dass jeder nach seinen finanziellen Möglichkeiten beiträgt und jeder von der Sozialen Sicherheit den best möglichen Nutzen ziehen kann, angepasst an seine Krankheit, an seinen Arbeitsplatzverlust, an einer Geburt oder seiner Pensionierung

Jetzt wird mehr denn je deutlich, dass die Solidarität zu allen Zeiten gewahrt werden muss.

Da zu der jetzigen Krisenzeit die Solidaris Krankenkasse als erstes die Anzeichen des sozialen Leidens zu spüren bekommt, sind wir auch die letzten die von der Solidarität loslassen würden. Es ist unsere Aufgabe weiter zu handeln und zusammen zu halten. Unsere Krankenkasse soll der Wortführer der 362.000 Mitglieder sein, die ihr Vertrauen schenken. In diesem Rahmen hat sie eine wichtige soziale Rolle zu spielen und zwar das Stützen und das Verteidigen der Mitglieder und ganz besonders der Schwächsten unter uns.

Wie Laurent Fabius bereits sagte: „ Die Soziale Sicherheit ist das beste Kapital für denjenigen der keins hat ...“

Es ist also für den Fortbestand der Solidarität, einziger Garant für die menschliche Würde, für den wir uns in den kommenden Jahren weiter einsetzen werden.

Pierre Annet,
Generalsekretär



Jetzt wird mehr denn je deutlich, dass die Solidarität zu allen Zeiten gewahrt werden muss.

Gesundheit ist unser wertvollstes Gut! S. 3

Die neuen Vorteile Ihrer Zusatzversicherung : Zeneo-SolidarisS.4

Die Gesichter der Solidaris Krankenkasse : Sophie Hester, SozialassistentinS. 8

Die Musik zu laut, zu oft, zu lang... Gefahr fürs Gehör . . .S. 10

Das Memory-Team der Klinik St. Josef. . . .S. 13

KAP.S. 14

Krankenkassenwahlen 2010S. 15

Das Magazin der Sozialistischen Krankenkasse.
Verantwortlicher Herausgeber : Frédéric Fassotte - Journalistin : **Bérangère Lhomme** - Koordination : **Karin Balthazart**
Schriftleitungskomitee : Alain Blause, Chloé Burton, Christine Chalon, Françoise Devalériola, Begoña Fernandez, Séverine Gohy, Natacha Lange, Dr Pierre Mbuyamba, Nicolas Piette, Marylène Vanhee
Seitenansicht : Héroufousse Kommunikation - Druck : Druckerei Masset.

Gesundheit ist unser wertvollstes Gut !

Selbst wenn wir es oft vergessen, so steht die Solidaris Krankenkasse doch alle Tage an unsere Seite... Wir sind alle gleich: solange es uns gut geht, denken wir nicht an unsere Gesundheit. Dann sehen wir nicht die Notwendigkeit den Beitrag der Zusatzversicherung zu zahlen. Wir kennen nur wage die zahlreichen Vorteile der Zusatzversicherung.



Und trotzdem ist keiner sicher vor irgendwelchen Problemen. Selbst wenn Sie das Glück haben guter Gesundheit zu sein, dann kennen Sie trotzdem sicherlich jemanden in Ihrer Familie der ab und zu Pflege bedarf oder sogar ständig in Behandlung ist. Die Rechnungen können oft schwer zu Buche schlagen, aber durch die Beiträge der Zusatzversicherung kann manches finanziell einfacher zu ertragen sein. Damit wird es jedem ermöglicht sich gut pflegen zu lassen und dass egal welche Einkünfte man hat.

Wussten Sie zum Beispiel dass gerade durch den Eigenbeteiligungsvorteil die Solidaris Krankenkasse den Teil übernimmt, der normalerweise nach der Entschädigung der Pflichtversicherung zu Ihren Lasten bliebe wenn Sie Sich in eine der Partnerkliniken oder Polykliniken pflegen oder behandeln lassen. So sichert man Ihnen Qualitätspflege zu erschwinglichen Preisen.

Wussten Sie auch, dass die Zusatzversicherung der Solidaris Krankenkasse bei den Verhütungskosten ohne Altersbegrenzung interveniert, dass Entschädigungen oder Vorteile beim Kauf Ihrer Brille oder Ihrer Kontaktlinsen vorgesehen sind, bei der Zahnprofilaxe, bei Vorbeugemaßnahmen, bei der Geburt, bei Sport und Freizeitlagern für Kinder, bei Raucherentwöhnungen, bei Diabetes und vielem mehr.

Die Solidaris Krankenkasse ist sehr aufmerksam bei der Entwicklung Ihrer Bedürfnisse. Jedes Jahr werden daher neue sehr interessante Vorteile angeboten. Daher haben wir dieses Jahr, da wir davon überzeugt sind, dass wenn Sie Sich wohl fühlen in Ihrer Haut und auch im Kopf frei sind dies zu Ihrer Gesundheit beiträgt, ein Vorteil entworfen der ausschließlich Ihrem Wohlbefinden gewidmet ist. Der Zeneo-Solidaris-Wohlfühl-Vorteil!

In einer Welt die immer individualistischer und unhumaner wird, ist es trotz alledem nicht das Ziel von Solidaris Profit zu machen, sondern ein Akzent auf die Qualität Ihrer Gesundheitspflege zu legen. Und dies funktioniert nach dem Prinzip der Solidarität und das macht eben die Stärke aus. Weil Sie mehr als 362.000 Mitglieder sind, die uns Vertrauen schenken, haben wir die Möglichkeit uns jeder Zeit Ihr Leben lang um Ihre Gesundheit zu kümmern.



Bei der Solidaris Krankenkasse bietet die Zusatzversicherung 40 Vorteile. Sie können die Vorteile unter www.solidaris.be entdecken.

Dieses Jahr am 1. April gibt es etwas besonders; den Zeneo- Solidaris-Vorteil!

Wir haben es schon in der vorigen Ausgabe unseres Solidaris Magazin angekündigt. Jetzt ist der Zeneo-Solidaris-Vorteil der Krankenkasse da!

Um ihn nutzen zu können reicht es mit der Beitragzahlung der Zusatzversicherung in Ordnung zu sein und im besitze der Zeneo-Solidaris-Karte zu sein. Dank dieser Karte (die Sie jährlich von der Zusatzversicherung erhalten) profitieren Sie von zahlreichen Vorteilen und Ermäßigungen bei einer Vielzahl von Partner die in den 5 Bereichen: das körperliche Wohlfühlen, Gesunde Ernährung, Sport und Fitness, Freizeit und Natur, und zuletzt Kultur tätig sind.

Hier finden Sie eine Übersicht der Partner, die wir für Sie mit viel Aufmerksamkeit ausgesucht haben:

Weshalb Zeneo-Solidaris ...

An Ihrer Seite in allen Lebenssituationen, möchte Ihnen die Solidaris Krankenkasse immer Aufmerksamkeit für Ihre Bedürfnisse schenken.

Wir sind sensibel für Ihre logischen Bedürfnisse und wollen uns um Sie kümmern und uns Zeit für Sie nehmen. In einer Zeit wo der Stress regiert, haben wir an einem Ziel gearbeitet, dass wir Wohlfühl-Vorteil genannt haben.

Wir bieten Ihnen eine Reihe von Ermäßigungen bei einer breiten Palette an sorgfältig ausgesuchten Partnern, die für jeden zugänglich sind, fortschrittlich, interaktiv und kreativ. Zeneo-Solidaris passt zu den Werten Solidarität, Gleichheit, Nähe, aber auch Engagement in der Gesellschaft, Fortschritt und Vorreitersein, die die Krankenkasse unterstützt.





Das körperliche Wohlbsein



Sport und Fitness



Gesunde Ernährung



Kultur



Natur und Freizeit

Mit Zeneo-Solidaris ist Ihre Krankenkasse auch an Ihrer Seite wenn es Ihnen gut geht!

Mit Zeneo-Solidaris haben Sie die Möglichkeit jetzt etwas für Sich zu tun, um für später ein Gesundheitskapital aufzubauen.

Die Gesundheitsfürsorge ist eines unserer wichtigsten Aufgaben und Zeneo-Solidaris ist dann das beste Beispiel dafür.



Haben Sie noch keine Zeneo-Solidaris-Karte?



Dann reservieren Sie Sich die Karte schnell anhand des Einschreibformulars! Die Karte wird dem Hauptversicherten ausgehändigt, kann jedoch von allen Personen zu seinen Lasten benutzt werden.

Wenn Sie mehr darüber erfahren möchten und den Zeneo-Solidaris-Katalog entdecken wollen, dann laden Sie Sich ihn auf unsere Webweite www.solidaris.be runter!

Zeneo-Solidaris-Karte

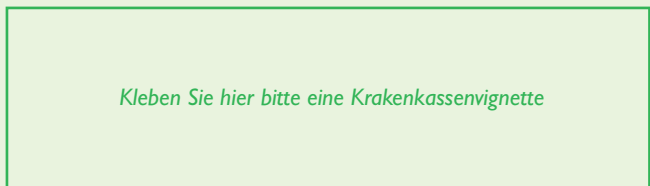
Name :

Vorname :

Telefon :

E-mail :

Datum und Unterschrift



Kleben Sie hier bitte eine Krankenkassenvignette

Mutualité Solidaris - Service assurance complémentaire - rue Douffet 36 - 4020 Liège



Immer in Ihrer Nähe!

Ein starkes Netz in der Provinz Lüttich

- . 57 Agenturen
- . der « Bus Mut », unser mobiles Büro in der Provinz
- . 41 Briefkästen



LIEGE : Siège social - Rue Douffet
AMAY • rue Joseph Wauters
ANDRIMONT • avenue du Centre
ANS • rue Jean Jaurès
AUBEL • place Nicolai
AYWAILLE • avenue Libert
BONCELLES • route du Condroz
BUTGENBACH • Zum Walkerstal
CHENEE • rue Neuve
DISON • rue de la Station
DOLHAIN • place d'Andrimont
ENSIVAL • en Mi-ville
ESNEUX • rue de Bruxelles
EUPEN • Bergstrasse
FLEMALLE • rue Bailly
FLERON • avenue des Martyrs
GEMMENICH • rue César Frank
GRACE-HOLLOGNE • rue Hôtel Communal
GRIVEGNEE • rue de Herve
HANNUT • rue de l'Eglise
HERSTAL • rue Croix Jurlat
HERSTAL • rue Large Voie
HERVE • rue G. Taillard
HEUSY • rue du Naimeux
HUY • rue de l'Apleit
JEMEPPE • rue Aripette
KELMIS • Kirchstrasse
LIEGE • rue Ste Walburge
LIEGE • place St Paul
LIEGE • avenue de la Croix Rouge

LIEGE • rue St Nicolas
LIEGE • rue de l'Université
LIEGE • quai du Longdoz
LIEGE-Rocourt • rue F.Lefebvre
LIERNEUX • rue du Centre
MALMEDY • rue Cheminrue
MICHEROUX • avenue de la Résistance
OUGREE-HAUT • boulevard des Arts
OUPEYE • rue Roi Albert
PEPINSTER • rue Jean Simon
POULSEUR • rue des Ecoles
ROCLANGE-SUR-GEER • rue de Brogniez
SANKT-VITH • Pulverstrasse
SERAING • rue Laplace
SERAING • rue du Pairay
SERAING-BAS • place de l'Avenir
SPA • rue du Marché
SPRIMONT • fond Leval
STAVELOT • rue Henry Massange
STOCKAY ST GEORGES • rue J. Wauters
STEMBERT • rue Fernand de Desonay
THEUX • rue Marie-Louise
VERVIERS • pont Saint-Laurent
VISE • avenue Albert 1^{er}
WANZE • chaussée de Tirlemont
WAREMME • avenue de la Résistance
WAREMME • rue Reine Astrid
WELKENRAEDT • rue de la Gare

Mehr Infos 087/31 39 41 und www.solidaris.be

Die vergütete Verhütung

Ohne Altersgrenze



Das bedeutet mehr Freiheit

Für alle Frauen

Frauen haben alle Rechte! Ein Recht auf Gesundheit, auf Gleichheit und auf Freiheit. Die Verhütung ist Teil dieser Freiheit. Warum also nicht davon Gebrauch machen? Weder das Geld noch das Alter sollten diese Freiheit einschränken! Die sozialistische Krankenkasse erstattet die Verhütung. Und das allen Frauen! 40 Euro pro Jahr und dies ohne Altersbegrenzung. Die Erstattung von 40 Euro ist für einige lächerlich; für uns macht es den Unterschied aus!

Nach den geltenden Statuten vom 1.1.2010

Info : www.solidaris.be
SMS 3320 (Verhütung + Name + Vorname)

 **Solidaris**
Krankenkasse

Sophie Hester, Sozialassistentin



Donnerstag im Vormittag. Von Anfang an war die Krankenkassenagentur gut besucht. Sophie Hester die Sozialassistentin des Sozialhilfeszentrums der Krankenkasse hält gerade die wöchentliche öffentliche Sprechstunde ab. Sie sitzt etwas abgeschieden; dort in einer ruhigen, freundlichen Umgebung, wo sie ungestört sprechen bzw. zuhören kann.

„1991 habe ich als Sozialassistentin bei der Krankenkasse angefangen. Damals hatte ich noch die freie Wahl des Arbeitsplatzes: entweder im Zentralbüro oder vor Ort d.h. Hausbesuche.

Ich habe das Zentralbüro gewählt, da ich gerade anfing und Angst hatte den Menschen mit ihren Problemen alleine gegenüber zu sitzen. Heute sind alle Sozialassistentinnen polyvalent. Ich mache ebenso Sprechstunden wie Hausbesuche. Und wenn man mir morgen die Besuche abnehmen würde, dann würde ich beißen“ lacht Sophie.

Weiche, sanfte Stimme, aufmerksames Zuhören und beruhigender Blick sind die Werte mit denen Sophie Vertrauen ausstrahlt. Man lässt sich fallen, erzählt mit seinen eigenen Worten, auch wenn es nicht immer korrektes Französisch ist, man erzählt von der

Pechsträhne auch wenn man sich schämt; man wagt es Hilfe anzufragen, selbst wenn es einem nicht leicht fällt. Diese kleinen Gespräche sind voller Menschlichkeit ...

Opfer der kommerziellen Unterdrückung / Nötigung

Ihr Alter ist schwer zu schätzen. Sie spricht viel und schnell mit einem starken spanischen Akzent. Sie kommt nicht zum ersten Mal. Sie ist total aufgeregt für eine Geschichte mit Rechnungen, die sie so durcheinander auf den Tisch knallt. Da sind Stromrechnungen, Festnetzanschlüsse, Handyabrechnungen ... sie wirft alles durcheinander ... hat für alles umständliche Erklärungen. „die haben mir geschrieben, um mir mitzuteilen, dass ich einen neuen Vertrag mit denen unterschrieben habe Aber das stimmt nicht Sie haben doch sogar einen

Brief für mich geschrieben, erinnern sie sich? Und außerdem habe ich ja mein Handy ... ich habe gefragt, dass die mein Abonnement auflösen Jetzt fordern die 150 Euro Und die vom Strom rufen mich auch dauernd an, dass ich wechseln soll und zu denen gehen soll ... „

Sophie lässt sie sprechen und hört aufmerksam zu. Sie nimmt sich die Zeit das Wirrwarr zu entknoten und versucht zusammen zu fassen. „Fürs Festnetz werden ich denen einen Brief schreiben; im Namen der Krankenkasse diesmal, fürs Handy kann ich nicht viel machen, da sie dafür einen Vertrag von 24 Monate unterschrieben haben. Für den Rest müssen sie sehr vorsichtig sein, da die Werbekolonne recht aggressiv werden kann. So verbleiben wir im Moment ... sobald sie eine Antwort haben, melden sie sich wieder bei mir.“ Die Dame verabschiedet sich recht herzlich und entschuldigt sich wieder einmal damit lästig gefallen zu sein. „Ich bin es Schuld wenn sie durchdrehen ...“

Sophie lächelt beruhigend.

Das Gespräch war zwei Mal von eingehenden Telefongesprächen unterbrochen worden. Weitere Probleme am anderen Ende des Telefons. Die gleiche Freundlichkeit, das gleiche ruhige Zuhören und wieder aufmerksame Ratschläge. „Die Sprechstunden verstehen auch die Telefonanrufe. Manchmal ist es schwierig alles gleichzeitig zu verwalten, doch meistens sind die Leute verständnisvoll“ erklärt Sophie.

Die Probleme langsam auseinander pflücken

Keine Zeit zum Durchatmen. Die Menschen folgen sich einander in Sophies Büro. Und damit auch die großen und kleinen Probleme des Lebens.

Da ist der große, starke Mann mit dem blassen Teint, der mit Tränen in den Augen erklärt am Ende zu sein. Er wurde vor vier Jahre durch einen Arbeitsunfall arbeitsunfähig erklärt. Nun erhält er viele Pflege und Behandlungsrechnungen bezüglich dieses Unfalls ... die Summe ist unüberschaubar. Den Stapel Rechnungen überreicht er Sophie, er stöhnt erleichtert, nun wo er die schwere Last abgegeben hat. „Es ist 2006 passiert, aber der Doktor der die Expertise machen sollte, hat nie die nötigen Untersuchungen gemacht oder machen lassen. Dadurch kommt die Versicherung nicht dafür auf und ich sitze hier mit den Rechnungen, die ich nicht mehr zahlen kann... ich habe telefoniert, ich habe geschrieben – nichts!“ Er legt einen dicken Ordner voller Dokumente und Briefwechsel auf den Tisch. „Aber nichts bewegt sich, jemand muss das in der Hand nehmen, ich kann

nicht mehr! „ Sophie schreibt sich alle Namen und Adressen und E-Mailkontakte auf und schlägt vor, in erster Instanz den Expertisendoktor zu kontaktieren und dem Krankenhaus zu schreiben vorerst alle Rechnungen aufzuschieben.

Dann sitzt ein Mann reif an Jahren und Erfahrung vor einem und sagt nichts. Er ist erschöpft und lässt den Kopf hängen. Er reicht nur ein Papier, dass ausgefüllt werden muss. Eine Anamnese für den Vertrauensarzt. Mit viel Geduld erklärt Sophie ihm wozu das Dokument dient und stellt eine Frage nach der anderen, um das Formular mit dem Mann auszufüllen. Sie muss ihm die Würmer aus der Nase ziehen. Studien ? Schulungen ? „Nein, ich bin nie zur Schule gegangen, meine Kinder wohl, aber ich nicht!“

Dann eine ältere Dame, früher einmal Frisöse, jetzt Vollinvalide. Aber sie kann nicht mehr zuhause rum sitzen. Sie weiß nicht ob sie, wenn auch nur für einige wenige Stunden, wieder etwas arbeiten darf; als Verkäuferin zum Beispiel. Das wäre weniger schmerzhaft für den Rücken. Jedes Mal informiert Sophie die Menschen, erkundigt sich selbst oder schickt die Menschen zu anderen Diensten, wenn es denn nötig ist.

„Das ist eine sehr lehrreiche, interessante Arbeit“ berichtet Sophie. Natürlich gibt man den Leuten viel; das ist der Sinn dieser Arbeit, aber die Menschen geben mir auch viel. Meistens sind sie freundlich, erkenntlich und geben mir auch etwas mit auf meinem Lebensweg.

Lebenserfahrung, Menschenkenntnisse ... es genügt einige Stunden bei Sophie zu sein, um dies zu verinnerlichen ...

Mehr Info ? 04/341.63.20 • www.solidaris.be.



Die Musik zu laut, zu oft, zu lang... Gefahr fürs Gehör

Die letzten Jahre wurde eine signifikante Steigerung der Personen mit Hörproblemen festgestellt. Dies vor allem bei jüngeren Menschen. Der Grund ist oft ein zu langes und zu regelmäßiges Hören von lauter Musik bei Festen, Konzerten, Festivals. Genau so schlecht ist das intensive Hören von Musik über Kopfhörern. Es ist in, sich MP3, Walkman oder iPod rein zu ziehen.

Es ist ein Gesellschaftsphänomen, das die Volksgesundheit gefährdet.

Die Musik auf den Ohren um sich zu isolieren, um abzuschalten, um abzuheben, um sich gehen zu lassen...
Volle Tube Musik, ein wenig wie eine Droge !

Volle Kanne Musik

Das ist die Geschichte der Änderung der Gewohnheiten „Musik zu hören“ bei der Jugend.

Zuerst kam der Walkman, der immer perfekter wurde und zum MP3 und iPod wurde. Die Möglichkeit immer und überall Musik zu hören und die Lautstärke höher zu drehen, um den Straßenlärm, den Krach von Bus oder der Straßenbahn zu übertönen, ist einfach. Zudem werden Gehörschäden verursacht durch laute Signale im Kopfhörer, also sehr nah am Ohr, um nicht im Ohr zu sagen. Außerdem haben Festivals, Openairkonzerte und Discotheken einen immer größeren Erfolg. Da werden die ohrenbetäubenden, verstärkten „Sounds“ in den Superboxen zum Föhn. Wenn man dort dicht vor steht



bekommt man eine Dröhnung! Es wird normal überall Effekte zu erhaschen mit lauter Musik bei Festen, in Autos, in Cafés, im Kino ... und dann wird es normal auch den Fernseher bei sich zuhause lauter zu stellen.

All dies zu den allgemeinen Umgebungsgeräuschen (Verkehr, Flugzeuge, verschiedene Maschinen usw. ...)

Die Ohren sind überlastet, schon gar wo wir ihnen keine Ruhezeiten zur Erholung mehr gönnen, die doch so dringend notwendig sind.

Wenn die Ohren klingen oder pfeifen nach einem Fest, dann ist das ein Zeichen einer Verletzung, die man nicht auf die leichte Schulter nehmen sollte. Denn wenn man so etwas zu oft wiederholt, dann können die Verletzungen bzw. das Pfeifen bleiben.

Sonore Anhaltspunkte

Die meisten Alltagsgeräusche liegen zwischen 30 und 90 Dezibel. Aber wir sind auch regelmäßig in Kontakt mit Geräuschen die weit darüber liegen; und dies eben so sehr im Berufsleben, wie in der privaten Sphäre z.B. in der Freizeit in der Disko oder auf Konzerte.

Einige interessante Angaben:

- Waschmaschine : 55 db
- Auto : 80 db (dies ist schon die Gefahrengrenze für die Ohren)
- Rasenmäher : 90 db
- Presslufthammer : 100 db
- Konzert oder Disco : 105 db
- Autorennen : 130 db (Schmerzgrenze)
- Abheben eines Flugzeugs : 140 - 150 db

Unter 20 db hören wir fast nichts und über 80 db wird der Ton gefährlich für unsere Ohren.

Wir müssen heute davon ausgehen, dass ein Geräusch von 90 db über 3 Stunden oder 100 db während 20 Minuten und 110 db während 2 Minuten beachtliche Risiken für unser Gehör birgt. Zu Bedenken gibt es, dass die meisten Konzerte eine Lautstärke von 105 db haben !

Die Folgen, verletzte Ohren

Unsere Ohren sind nicht dafür geeignet immer wieder hohe Dezibelladungen über lange Zeiträume zu erleiden. Es ist also ebenso die Stärke, wie die Dauer und die Häufigkeit die die Problematik ausmachen und Verletzungen verursachen. Bleibendes und

unwiderrufliches Ohrensausen, Ohrenpfeifen, können die Folge sein. In Belgien leidet eine Person auf 10 unter Ohrengeräusche. Hyperempfindlichkeit (verstärktes Empfinden von normalen Geräuschen), oder Unempfindlichkeit, Taubheit (plötzliches teilweiser oder kompletter Hörverlust auf einem oder beiden Ohren). Es sind nicht nur die Ohren die empfindlich reagieren wenn man den Pegel überschreitet. Der ganze Körper ist betroffen. Zu lauter Krach verursacht Stress, Aggressivität, Bluthochdruck, Veränderungen des Herzrhythmus und des Hormonhaushaltes, Konzentrationsschwierigkeiten usw. ...

Seine Ohren schützen ist der richtige Reflex

Wenn Sie einen Walkman benutzen, dann vermindern sie die Lautstärke und die Hörzeiten.

Wenn sie vorauswissen, dass Sie einem lauten Event bevorstehen, dann benutzen sie Ohrstöpsel, Ohrstopfen. Sie verringern das Risiko, ermöglichen trotzdem alles zu hören.

Für einen guten Schutz können Sie auch:

- sich von den Lautsprechern entfernen
- sich in einem ruhigen Raum begeben alle drei Viertelstunden
- sich hüten vor übermäßigem Alkohol oder Medikamentenkonsum (die Ihr Hörvermögen senken) Da sie mit einem Mal nicht mehr so gut hören, steigern Sie dann die Lautstärke der Musik und die Hörschmerzgrenze liegt dann höher.
- Vermeiden sie mehrere laute Events kurz hintereinander.

Unsere Ohren sind nicht dafür geeignet immer wieder hohe Dezibelladungen über lange Zeiträume zu erleiden.

Tipp

**Wie funktioniert das Ohr?
Um mehr übers Ohr und das Funktionieren des Körpers im Allgemeinen zu erfahren, surfen Sie zur „Corps-cité“, die pädagogisch und spielerisch-lehrreiche Webseite der Solidaris Krankenkasse : www.corpcite.be**

**Solidaris Interaktiv
Reaktionen ? Zeugenberichte ?
Teilen sie es uns unter
berangere.lhomme@mutsoc.be mit !**

Wollen Sie sparen ?



**Denken Sie an Ihrem
Vorteil « Eigenanteil » !**

Mehr Infos ?
SMS 3320 (TM + Name + Vorname)
oder www.solidaris.be

 **Solidaris**
Krankenkasse

Das Memory-Team der Klinik St. Josef

Auf ärztliche und psychologische Initiative und mit der Krankenhaus- und Augustinerinnenvereinigung ist seit November 2009 in der Klinik St. Josef das Memory-Team aktiv.



(von links nach rechts zu erkennen: Désirée STOFFELS, Dr. Peter HEINEN, sitzend Kerrin BODARWE)

Memory-Team??? Was ist das denn?

Gedächtnisstörungen können nicht alle über denselben Kamm geschoren werden. Sie sind ein häufig geäußertes Problem mit einer Vielzahl an möglichen Ursachen, Behandlungs- und Verlaufsmöglichkeiten.

Um diese herauszufinden und eine möglichst wirksame Behandlung zu beginnen, ist die neurologische Untersuchung entscheidend. Eine wichtige Hilfe festzustellen, ob überhaupt eine relevante Gedächtnisstörung vorliegt und welche Teile des Gedächtnisses betroffen sind, ist hierbei eine spezielle neuropsychologische Testung.

Und was kann man da machen?

Manche Gedächtnisstörungen können bei korrekter Diagnose und Behandlung sehr gut gebessert werden, oft lässt sich eine Verschlechterung zumindest hinauszögern.

Probleme, die sich aus Gedächtnisstörungen ergeben, äußern sich in der Regel in Beeinträchtigungen der Alltagsaktivitäten und Gefühlslage der Betroffenen und der mit ihnen in Kontakt stehenden Menschen.

Diese Probleme zu erfassen und Hilfen anzubieten ist ein Handlungsziel des Teams, die Sozialassistentin soll hierbei über individuell angepasste pflegerische, finanzielle und rechtliche Angebote beziehungsweise Maßnahmen informieren.

Diese Dienstleistung ist kostenfrei.

Eine psychologische Beratung und auf Wunsch Begleitung sind weitere Angebote, die durch die Krankenhaus- und Augustinerinnenvereinigung mitgetragen werden.

Also, was wir wollen:

- Durch multidisziplinären Ansatz auf medizinischer, psychologischer und sozialmedizinischer Ebene ein individuell an die jeweiligen Bedürfnisse und Probleme angepasstes ganzheitliches Hilfsangebot unterbreiten.
- Das Angebot und die Arbeit der bereits bestehenden Institutionen, insbesondere der Austauschgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz in Bütgenbach, der „Arbeitsgruppe Demenzkonzept“ in den Kliniken und dem Patienten Rat und Treff, ergänzen.
- Engen Kontakt und Rücksprache mit diesen Institutionen, den Hausärzten und dem Pflegepersonal halten.

Das Memory-Team:

Demenzdiagnose: Dr. Heinen / Dr. Bolyn

Neuropsychologische Testung/psychologische Beratung: Kerrin Bodarwé,

**Sozialmedizinische Beratung: Désirée Stoffels,
(Terminabsprachen 080 854 411)**

Gartenfahrt der KAP Rosen, Rosen, Rosen

Die KAP, Kulturelle Aktion und Präsenz, bietet nach alter Tradition eine Gartenfahrten an.



Als echter Leckerbissen ist die Ausfahrt in ein Dornröschenreich ins Rosendorf in den Niederlanden angesagt. Nach der Besichtigung eines privaten Liebhabergartens nehmen wir in einem Landhaus an der Maas das Mittagessen ein, wo uns Dekoration und Dessert in die Welt der Rosen eintauchen lassen.

Nachmittags erfahren wir mit allen Sinnen alles Wissenswerte über Rosen und Rosenzucht.

Abfahrt 6:50 Uhr ab Büllingen über Eupen (Malmedyer Straße, Werthplatz, Kettenis und Eynatten). Rückkehr ca. 20 Uhr in Eupen und 20:45 Uhr in Büllingen. Genauere Uhrzeiten bei Anmeldung.

**Datum: Donnerstag, 17. Juni. Kosten: 55 €;
Referenz-Nummer RRR 170610**

Für die Fahrt gilt Anmeldung erst gültig nach Überweisung auf Konto-Nummer 001-1145594-03, die Referenz-Nummer und ihr Namen.

**KAP Malmedyer Str. 12, 4700 Eupen.
Weitere Infos und telefonische Anmeldung:
087/55 30 48**

Die Erwachsenenbildungsorganisation in der Deutschsprachigen Gemeinschaft seit 1982



Litauen, Italien, Grossbritannien oder Deutschland, was z.B. die Bewältigung von Lese oder Schreibproblemen bei Erwachsenen betrifft.

Ihr Ansprechpartner für:

- Probleme beim Lesen und Schreiben* (Deutsch und Französisch)
- Sprachkurse* (tagsüber)
- Nachhilfe für Schüler/innen – Kindersprachkurse (Oster- und Sommerferien)
- Sprachkurse (abends September)
- Ausstellung u.v.m.

* In Zusammenarbeit mit der Ministerium und Arbeitsamt der DG und dem Europäischen Sozialfonds (ESF)

**KAP Malmedyer Str. 12, 4700 Eupen.
Weitere Infos und telefonische Anmeldung:
087/55.30.48
E-mail : info@kap-eupen.be**

KRANKENKASSENWAHLEN 2010

Liste der zur Generalversammlung delegierten Kandidaten der Solidaris Krankenkasse :

- 1) Angelina ANTOINE, 4300 Waremme
- 2) Philippe BARTSCH, 4140 Sprimont
- 3) Daniel BASIAU, 4540 Amay
- 4) Georges BEAUJEAN, 4620 Fléron
- 5) Pierre BEAUJEAN, 4340 Awans
- 6) André BEAUVOIS, 4140 Sprimont
- 7) Christian BENTEIN, 4860 Pepinster
- 8) Pascale BIAGINI, 4000 Liège
- 9) Liliane BOSSY, 4520 Antheit
- 10) Robert BRIQUET, 4121 Neupré
- 11) Alain COHEUR, 4050 Chaudfontaine
- 12) Emile COLINET, 4420 Tilleur
- 13) Luc COLLARD, 4300 Waremme
- 14) Fabian COUNET, 4000 Liège
- 15) Richard COX, 4041 Milmort
- 16) Ludo CRAHAY, 4800 Lambermont
- 17) Jean-François CRUCKE, 4700 Eupen
- 18) Michel DAERDEN, 4432 Alleur
- 19) Jean DAHMEN, 4910 Theux
- 20) Jean DEBAST, 4610 Beyne-Heusay
- 21) Mathieu DEJARDIN, 4620 Fléron
- 22) Véronique DE KEYSER, 4020 Liège
- 23) Simone DELEU, 4280 Hannut
- 24) Jean DELINCE, 4480 Engis
- 25) Valérie DELINCE, 4050 Chaudfontaine
- 26) Camille DELVAUX, 4540 Amay
- 27) Jacqueline DELVILLE, 4460 Grâce-Hollogne
- 28) Serge DEMEUSE, 4620 Fléron
- 29) Régine DEMOULIN, 4300 Waremme
- 30) Marc DE PAOLI, 4100 Seraing
- 31) Michel DIGHNEEF, 4420 Tilleur
- 32) Egidio DI PANFILO, 4101 Jemeppe
- 33) Jean-Louis DIRIX, 4910 Theux
- 34) Nicole DOCQUIER, 4257 Berloz
- 35) Véronique DRIESEN, 4680 Hermée
- 36) Jean-Marie DRISSE, 4130 Esneux
- 37) Pierre DUPOND, 4420 Saint-Nicolas
- 38) Véronique FAGAN, 4000 Liège
- 39) Jeannine FAUCONNIER, 4020 Liège
- 40) Léon FAWAY, 4820 Dison
- 41) Victor GASPARD, 4100 Seraing
- 42) Thierry GIET, 4140 Sprimont
- 43) Fernand GINGOUX, 4430 Ans
- 44) Marc GOBLET, 4651 Battice
- 45) Francisco GOMEZ, 4420 Saint-Nicolas
- 46) Daniel GONDAT, 4300 Waremme
- 47) Anne-Marie GREGOIRE, 4683 Vivegnis
- 48) Elvire HAGELSTEIN, 4800 Lambermont
- 49) Thierry HARTS, 4031 Angleur
- 50) Marcelle HERCKENS, 4432 Alleur
- 51) Michel HOFMAN, 4602 Cheratte
- 52) Philippe HUMBLET, 4970 Stavelot
- 53) Hubert JACQUET, 4610 Beyne-Heusay
- 54) Jacques KEVERS, 4630 Soumagne
- 55) Michelle KLEYKENS, 4432 Alleur
- 56) Marie-Hélène KNAEPEN, 4347 Fexhe-le-Haut-Clocher
- 57) Jean-Pascal LABILLE, 4031 Angleur
- 58) Jean-Louis LAFORET, 4100 Seraing
- 59) Omer LAGAMME, 4000 Liège
- 60) Marie-Claire LAMBERT, 4030 Grivegnée
- 61) Yvette LAMURY, 4040 Herstal
- 62) Natacha LANGE, 4821 Andrimont
- 63) Eric LEFORT, 4141 Louveigne
- 64) Pascale LEJEUNE, 4300 Waremme
- 65) Catherine LEMIERE, 4031 Angleur
- 66) Giovanni LENTINI, 4420 Saint-Nicolas
- 67) Christiane LERUSE, 4171 Poulseur
- 68) Gérard LIEGEOIS, 4821 Andrimont
- 69) Janine LISMONT, 4420 Saint-Nicolas
- 70) Philippe LIZIN, 4500 Huy
- 71) Walter LUCCIOLI, 4621 Retinne
- 72) Thérèse MANCIN, 4800 Lambermont
- 73) Savério MANTISI, 4100 Seraing
- 74) Jean-Claude MARCOURT, 4000 Liège
- 75) Marguerite MARQUET, 4031 Angleur
- 76) Jean-Luc MARTIN, 4500 Huy
- 77) Cédric MATHIEU, 4910 Theux
- 78) Philippe MATHIEU, 4845 Jalhay
- 79) Pierre MBUYAMBA, 4000 Liège
- 80) Anne-Marie MELLEEN, 4420 Montegnée
- 81) Jean MERGELSBERG, 4800 Lambermont
- 82) Pierre MOORS, 4041 Vottem
- 83) André MORDANT, 4000 Liège
- 84) Christie MORREALE, 4130 Esneux
- 85) Jean NAMOTTE, 4040 Herstal
- 86) Benoît NARINX, 4020 Liège
- 87) Dorothee NOEL, 4950 Waimes
- 88) Cécile OLIN, 4020 Liège
- 89) Francis PACOLET, 4040 Herstal
- 90) Nicolas PIETTE, 4030 Liège,
- 91) David PIROTTE, 4300 Waremme
- 92) Thierry PONSEN, 4910 Theux
- 93) Monique PYPOPS, 4300 Waremme
- 94) Didier RADERMECKER, 1702 Groot-Bijgaarden
- 95) Raoul RADERMECKER, 4000 Liège
- 96) Renaud RAHIER, 4700 Eupen
- 97) Yves RASQUIN, 4257 Berloz
- 98) Joseph RENARD, 5060 Sambreville
- 99) Marc RENOUPREZ, 4000 Liège
- 100) Charles RENSON, 4450 Juprelle
- 101) Gianni RUGGIERI, 4682 Heure-le-Romain
- 102) Lucienne SACRE, 4121 Neupré
- 103) Berthe SAUVENIER, 4400 Flémalle
- 104) Hélène SCHEPERS, 4470 Saint-Georges
- 105) Isabelle SIMONIS, 4400 Flémalle
- 106) José SMEETS, 4630 Micheroux
- 107) Annalisa SONAGGERE, 4610 Beyne-Heusay
- 108) Jules SORNIN, 4020 Liège
- 109) Suzanne STOLSEM, 4845 Jalhay
- 110) Jeannine STREE, 4102 Ougrée
- 111) Marc TARABELLA, 4160 Anthisnes
- 112) Alain THIRION, 4257 Berloz
- 113) Chantal THOMAS, 4000 Liège
- 114) José THOMAS, 4300 Waremme
- 115) Francis TIHON, 4300 Waremme
- 116) Jean-Claude TINTIN, 4190 Ferrières
- 117) Mariette TIRTIAUX, 4041 Vottem
- 118) Aurore TOFFOLI, 4480 Engis
- 119) Marcelle TOUSSET, 4420 Saint-Nicolas
- 120) Frédéric VAES, 6900 Marche-en-Famenne
- 121) Albert VAN der LINDEN, 4300 Waremme
- 122) Alain VANOPPEN, 4121 Neupré
- 123) Désirée VELAZQUEZ, 4460 Grâce-Hollogne
- 124) Jean-Marie VREULS, 4600 Visé
- 125) Jean WARNOTTE, 4500 Huy
- 126) Yvan YLIEFF, 4821 Dison
- 127) François YSERENTANT, 4000 Liège
- 128) Yves ZAMAN, 6698 Grand-Halleux
- 129) Silvana ZILLI, 4000 Liège

Das Wahllokal, das die Wahlen vorbereiten und kontrollieren wird, hat sich am 24. Februar 2010 versammelt und festgestellt 129 Kandidaturen erhalten zu haben, die den Bedingungen der Wählbarkeit laut Artikel 14 der Statuten entsprechen. Folglich sind auf Basis des Artikels 15 des Königlichen Erlasses vom 7. März 1991 und Artikel 24 der Statuten stehen weniger Kandidaten zur Verfügung als Mandate zu besetzen sind. Demnach sind die 129 Kandidaten ohne weitere Wahl angenommen. Wir stellen mit Freude fest, dass 37 neue Delegierte der Generalversammlung angehören.

Der Generalsekretär
P. Annet

Der Präsident
Der Präsident P. Lizin



RODENSTOCK

Ray-Ban

DOLCE & GABBANA

VEEJE

GUESS
JEANS

REPLAY

TOMMY HILFINGER

Optique **Point**
de Mire

réseau
Solidaris

Auf all Ihre Einkäufe !

+ 18 Jahre
-20%*

- 18 Jahre
-30%*



8 Läden

Herstal rue Croix-Jurlet, 244
Liège rue Douffet, 36
Liège rue Saint-Nicolas, 311
Malmedy rue du Commerce, 20
NEU!

Micheroux av. de la Résistance, 288
Seraing place de l'Avenir, 15
Verviers galerie des 2 Places, 12
Waremme av. Reine Astrid, 18

Mehr Infos ? www.solidaris.be

*auf den Betrag, der zu Ihnen lasten bleibt, für jedes Mitglied der Solidaris Krankenkasse, das mit der Beitragzahlung der Zusatzversicherung in Ordnung ist. (Siehe Bedingungen im Geschäft). Ohne UKIV Erstattung.

SOSL Point de Mire Liège - Solidaris Netzwerk 15, place de l'Avenir - 4100 Seraing - TVA - BE 0864 604 352