



# Dieet

**Samen  
op weg naar  
een gezond leven!**

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





**Bij LM  
ontvang je een  
terugbetaling  
voor:**



- **dieetadvies**
- **geneesmiddelen tegen overgewicht**
- **vakanties voor jongeren met obesitas**

# Dieetadvies

Een maatje minder,  
een gezondere levensstijl!

## Consultaties bij een diëtist

Een diëtist is de specialist bij uitstek op het gebied van voedings- en eetgewoontes. Hij/zij kan je een gepersonaliseerd voedingsadvies geven om zo je lichamelijke gezondheid te bevorderen.

Een diëtist geeft je advies over:

- vermageringsdieet;
- eetstoornissen;
- cholesterolverlagend dieet;
- voeding bij diabetes, maag- en andere problemen;
- voeding tijdens de zwangerschap;
- voeding voor sporters;
- enz.

Wij geven een tussenkomst aan leden die een gediplomeerd diëtist raadplegen.

### Je voordeel bij LM

De tussenkomst bedraagt maximum 10 euro per consultatie, met een maximum van 6 consultaties per kalenderjaar. Je krijgt dus tot **60 euro** terugbetaald.



# InfraLigne<sup>®</sup>

FIT- EN GEZONDHEIDSCENTRUM

## Sessies bij Infraligne

De fit- en gezondheidscentra van Infraligne zijn een bron van energie. De cocktail van beweging onder infrarood, persoonlijke coaching en professioneel voedingsadvies doet niet alleen wonderen voor je figuur, maar ook voor het energieniveau van je lichaam en geest.

### Je voordeel bij LM

Wij geven 1 x per kalenderjaar een tussenkomst van **60 euro** aan leden die een 10-beurtenkaart of een onderhoudsabonnement van Infraligne kopen.

### Exclusief voor onze leden!

Je krijgt twee gratis sessies ter waarde van **34 euro** erbovenop!



## Cursus bij Weight Watchers

Weight Watchers helpt je je levensstijl op een positieve manier aan te passen zodat je jouw ideale gewicht bereikt. Bij Weight Watchers heb je:

- een flexibele en persoonlijke aanpak;
- steun en motivatie van je lotgenoten;
- een duidelijk zicht op calorierijke voeding door punten te tellen.

### Je voordeel bij LM

Wij geven een tussenkomst aan leden die cursussen volgen bij Weight Watchers. De tussenkomst bedraagt 10 euro per cursus en wordt toegekend na de 6<sup>e</sup> cursus, op voorwaarde dat de 6 cursussen binnen een periode van 6 maanden gevolgd worden. Je krijgt dus tot **60 euro** terugbetaald.

### Exclusief voor onze leden!

- De eerste maand Combi Pas aan **19,50 euro** in plaats van 39,95 euro en **gratis inschrijving** bij de aankoop van een Combi Pas. Om gebruik te kunnen maken van bovenstaande voordelen volstaat het je blauw ziekenfondsklevertje af te geven aan de coach.

**OF**

- Een korting van **20 euro** op het 3 maandenplan van Weight Watchers Online. Surf naar [www.weightwatchers.be/LibMut](http://www.weightwatchers.be/LibMut) om van deze korting te genieten!

Deze voordelen zijn niet cumuleerbaar met andere acties van Weight Watchers en zijn eenmalig geldig tot 31 december 2016.



## Sessies bij Bodystyling

De Bodystyling-totaalmethode helpt je om de strijd tegen de weegschaal aan te pakken op een natuurlijke én gezonde manier.

De Bodystyling-methode werkt in 3 stappen:

1. gratis figuuranalyse en opstellen van een persoonlijk programma;
2. doelgerichte bewegingstherapie voor een plaatselijke afslanking;
3. persoonlijk voedingsadvies door diëtisten.

### Je voordeel bij LM

Wij geven 1 x per kalenderjaar een tussenkomst van **60 euro** aan leden die zich inschrijven voor 20 oefenbeurten bij Bodystyling.

## Algemene voorwaarden voor dieetadvies

- Haal het behandelingsattest af bij je ziekenfonds en bezorg het nadien volledig ingevuld terug.
- De maximale tussenkomst per kalenderjaar bedraagt **60 euro**.
- De bovenstaande voordelen kun je combineren met de tussenkomst voor geneesmiddelen tegen overgewicht.
- De terugbetalingen voor de **4 vormen van dieetadvies zijn combineerbaar**, maar mogen het maximum voorziene bedrag per kalenderjaar niet overschrijden.
- De tussenkomst bedraagt niet meer dan het bedrag dat je werkelijk betaald hebt.

# Geneesmiddelen tegen overgewicht

Je krijgt een tussenkomst in de aankoop van geneesmiddelen tegen overgewicht.

## Je voordeel bij LM

Wij geven een terugbetaling van maximaal **40 euro** per kalenderjaar.

## Voorwaarden

- Je hebt een BMI van 30 of meer.
- Het geneesmiddel moet voorgeschreven zijn door een geneesheer.
- Je moet de geneesmiddelen aankopen in de apotheek.
- De geneesmiddelen tegen overgewicht moeten geregistreerd zijn bij de FOD Volksgezondheid België.
- De tussenkomst bedraagt niet meer dan het bedrag dat je werkelijk betaald hebt.

## Wat te doen?

Vraag een BVAC-attest aan je apotheker en bezorg dit aan je ziekenfonds.



# Vakanties voor jongeren met obesitas

Een vakantie kan wonderen verrichten voor kinderen met overgewicht. Voor jongeren met obesitas bestaan specifieke vakanties in binnen- of buitenland met begeleiding op maat.

## Je voordeel bij LM

We verlenen een tussenkomst van **22 euro** per overnachting met een maximum van 14 overnachtingen per kalenderjaar.

## Voor wie?

Voor kinderen van 2 tot en met 18 jaar die aan obesitas lijden.

Tijdens de grote vakantie (juli - augustus) wordt de tussenkomst tot één periode beperkt.

## Wat te doen?

We betalen de tussenkomst uit na voorlegging van een verklaring van de inrichtende organisatie.





### LM Antwerpen

Lange Nieuwstraat 109 - 2000 Antwerpen

☎ 03 203 76 00 - 📠 03 225 02 35

📧 info@lmpa.be

### LM Brabant

Koninginneplein 51-52 - 1030 Brussel

☎ 02 209 48 11 - 📠 02 219 01 54

📧 info@mut403.be

### LM West-Vlaanderen

Revillpark 1 - 8000 Brugge

☎ 050 45 01 00 - 📠 050 45 01 02

📧 info@lmwvl.be

### LM Oost-Vlaanderen

Brabantdam 109 - 9000 Gent

☎ 09 223 19 76 - 📠 09 224 11 74

📧 info.ov@lm.be

### LM Limburg

Geraetsstraat 20 - 3500 Hasselt

☎ 011 29 10 00 - 📠 011 22 20 67

📧 info415@lm.be

### LM Vlaams Gewest

Prieelstraat 22 - 1730 Asse

Kalkoven 22 - 1730 Asse (nieuw adres vanaf juni 2016)

☎ 02 452 90 10 - 📠 02 452 62 20

📧 info417@lm.be



Als lid van LM  
kun je genieten  
van talrijke voordelen.

De tussenkomst voor dieet  
is er slechts een van.

**Ontdek LM op  
www.lm.be**



## **Ons e-Loket, voor je gemak!**

Surf naar [www.lm.be](http://www.lm.be) en klik op “e-Loket 24u/24u”!

- raadpleeg je persoonlijke gegevens
- bekijk je terugbetalingen
- vraag kleefzegels aan
- vraag je Europese ziekteverzekeringskaart aan
- en nog veel meer!

## **Ben je al lid?**

Dan weet je dat je op ons kunt rekenen!

## **Ben je nog geen lid?**

We nodigen je uit om onze voordelen te leren kennen. Ga langs bij het kantoor in je buurt of surf naar [www.lm.be](http://www.lm.be).

**[www.lm.be](http://www.lm.be)**

***Wij zijn echt met je  
gezondheid bezig!***