



Sportprikkel

Fit en gezond  
met LM!

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



# Werk actief aan je gezondheid!

Beweging is niet altijd makkelijk te combineren met je gezinsleven, sociaal leven en je werk. Daarom geven we wie aan sport wil doen een extra duwtje in de rug. Sportievelingen genieten bij LM van een financiële **Sportprikkel**.

## Je voordeel bij LM

Met de Sportprikkel willen we je aanzetten tot sport en beweging. Want beweging komt nog te vaak onvoldoende aan bod bij het streven naar een gezonde levensstijl.

Daarom verlenen we je een tussenkomst wanneer je actief aan sport doet en lid-, aansluitings- of abonnementsgeld moet betalen. Dit is van toepassing bij:

- een sportclub\*;
- een fitnesscentrum;
- babyzwemmen;
- een joginitiatie.

De maximale tussenkomst bedraagt  
**25 euro** per persoon en per kalenderjaar.

\* De erkenning van de sportclub kan nationaal, regionaal of gemeentelijk zijn

Als je je aansluit bij een fitnesscentrum komen we enkel tussen bij de aankoop van een abonnement van minimum 3 maanden (al dan niet opeenvolgend) of bij aankoop van een beurtenkaart van minimum 10 beurten. De tussenkomst bedraagt niet meer dan het bedrag dat je werkelijk betaald hebt.

### **Voor wie?**

Alle leden van LM.

### **Wat te doen?**

Haal het attest af bij je ziekenfonds en bezorg het nadien volledig ingevuld terug.





# Actief bewegen is gezond voor iedereen

Beweeg dagelijks een half uurtje aan een matige intensiviteit en je haalt er meteen gezondheidsvoordelen uit!

## Waarom sporten?

Regelmatig bewegen heeft tal van positieve effecten op het lichaam, zoals:

- een algemeen gevoel van welbevinden en meer levenslust;
- een verminderd risico op hart- en vaatziekten;
- een hoger energieverbruik waardoor je gemakkelijk je gewicht onder controle kunt houden;
- een verminderd risico op diabetes type 2;
- betere bloedwaarden;
- een betere en meer verkwikkende slaap;
- een grotere concentratie.

Zoek een partner om samen te sporten en kies een activiteit die je graag doet.



Bovenop deze gezondheidsvoordelen is de Sportprikkel van LM nog een extra motivatie. Hopelijk ben je gebeten door de microbe van het sporten. Laat bewegen vanaf nu integraal deel uitmaken van je leven!

**Veel sportplezier!**





### 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

Priemelstraat 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 Sportprikkel  
is er slechts een van.

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

Deze en andere folders zijn te verkrijgen bij je ziekenfonds

Deze folder bevat enkel de voornaamste bepalingen over de LM-tegemoetkoming Sportprikkel. Bij twijfel of betwisting gelden onze statuten. Om aanspraak te kunnen maken op de premie dien je de wettelijk verplichte bijdrage voor de aanvullende dienstverlening te betalen.



## **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!***