



Sportprikkel

Fit en gezond
met LM!

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-, inschrijvings- of abonnementsgeld moet betalen. Dit is van toepassing bij:

- een sportclub*;
- een fitnesscentrum;
- babyzwemmen;
- een joginitiatie;
- een organisatie die sportactiviteiten organiseert buiten de schooluren;
- sportactiviteiten georganiseerd door het ziekenfonds, een sportclub of -dienst*.

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

* De erkenning kan federaal, provinciaal, regionaal of op gemeentelijk niveau.

Als je je aansluit bij een fitnesscentrum komen we enkel tussen bij de aankoop van een abonnement van **minimaal 3 maanden** (al dan niet opeenvolgend) of bij aankoop van een beurtenkaart van **minimaal 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 mutualistisch formulier af bij je ziekenfonds. Bezorg dit formulier (of gelijkwaardig document afgeleverd door de organisator of organisatie) volledig ingevuld terug aan je ziekenfonds.





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 Plus

Kalkoven 22

1730 Asse

☎ 0800 17 417

✉ info@lmplus.be

LM MUTPLUS.be

Koninginneplein 51-52

1030 Brussel

☎ 02 209 48 11 - 📠 02 219 01 54

✉ info@mutplus.be

LM Oost-Vlaanderen

Brabantdam 109

9000 Gent

☎ 09 223 19 76

✉ info.ov@lm.be



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.

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.



Ons e-Loket, voor je gemak!

Surf naar **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**.



www.lm.be

*Wij zijn echt met je
gezondheid bezig!*