



**Op de gezondheid
van The Starlings**

© Diego Franssens

**ONTDEK VOORDELEN
VOOR ELK LEVENSMOMENT**
8

**24/24, 7/7
ZORGPRODUCTEN**
13

**CHRISTOPHE DE WAELE
OVER EEKLO EN GEZONDHEID**
18



Het LM-kantoor en de LM Zorgshop in Eeklo

We verwelkomen je graag in het LM-kantoor van Eeklo. Je kan er terecht voor al je zorgvragen en ziekenfondsverrichtingen. In de LM Zorgshop vind je een groot aanbod medisch materiaal en hulpmiddelen. Een overzicht van een aantal producten is terug te vinden vanaf pagina 14 van dit magazine. Een volledig overzicht vind je op www.lmzorgshop.be. Ook niet-leden kunnen materiaal kopen. LM-leden genieten **15% korting**.

Onze medewerkers Charlotte en Ann staan voor je klaar. Zij helpen je met alle vragen rond je gezondheid en bieden ondersteuning als je ziek bent of als het eens wat minder gaat. Zij regelen thuisverpleging of poetshulp en beantwoorden al je zorgvragen, van arbeidsongeschiktheid tot informatie over een hospitalisatieverzekering. Voor hulpmiddelen op maat kan je er terecht iedere dinsdag tussen 14u en 15u bij onze bandagist. Breng ons dus zeker een bezoek!

Wil je lid worden of vrijblijvend info krijgen? Spring dan gerust binnen of contacteer ons op **09 377 15 39**. Je kan ook mailen naar info.ov@lm.be, je vraag stellen per chat of online lid worden via www.lm.be. Wij regelen alles met je huidig ziekenfonds om je overstap vlot te laten verlopen. LM staat voor een lage bijdrage van slechts 85,20 euro per jaar, een snelle terugbetaling, sterke voordelen en een persoonlijke service. Een overzicht van onze voordelen vind je vanaf pagina 8.

Voorwoord

Beste inwoner van Eeklo,

Maak kennis met de Liberale Mutualiteit. In dit extra nummer van ons LM-magazine krijg je een mooi en warm beeld van wat ons ziekenfonds voor jou kan doen. Want wij zijn véél meer dan een kantoor waar je alleen maar binnenstapt voor de uitbetaling van doktersbriefjes.

Alle LevensMomenten waarvoor je bij LM terecht kan, de uitgebreide service in ons kantoor, maar ook onze vele nieuwe initiatieven. Ik denk aan onze webshop, de splinternieuwe LM Zorgautomaat, onze vrijwilligersorganisatie Hop-in, het LM ZorgPunt, enz. In dit magazine lees je er meer over.

We laten bekende gezichten aan het woord. Tom Eeckhout en Kato Callebaut van The Starlings vertellen over hun leven samen in Eeklo. En mijn broer, schepen Christophe De Waele, antwoordt openhartig op al onze vragen over gezondheid en geluk. Ook voor mezelf is deze stadseditie van ons magazine iets speciaals. Zoals velen onder jullie weten ben ikzelf ook een rasechte en trotse Eeklonaar.

Veel leesgenot!

Cathy De Waele
Algemeen directeur
LM Oost-Vlaanderen



Volg ons op sociale media



04
Op de gezondheid van
The Starlings

07
Mijn LevensMoment
Maak iemand blij!

08
Voordelen voor elk
LevensMoment

12
Maak kennis met Hop-in
De vrijwilligersorganisatie
van LM Oost-Vlaanderen

13
LM Zorgautomaat

14
LM Zorgshop
Een overzicht van onze producten

17
LM ZorgPunt

18
Interview
Christophe De Waele over Eeklo en
gezondheid

“Het leek wel of het allemaal zo moest zijn”

Een tijdje geleden waren er duizenden spreeuwen of starlings te zien boven Eeklo. Twee hebben zich ondertussen gevestigd in de centrumstad van het Meetjesland. Kato Callebaut (29) en Tom Eeckhout (31) zijn al drie jaar een koppel en vormen samen het muzikaal duo The Starlings.

Hoe is het om in Eeklo te wonen?

Tom: “Voor mij voelt het vertrouwd aan, want Eeklo is mijn thuisstad. Ik ben hier geboren en getogen. Voor Kato is het allemaal nieuw. Zij moet Eeklo nog een beetje leren kennen, daarom wil ik alle speciale plaatsen uit mijn jeugd aan Kato laten zien.”

Kato: “Tom neemt mij mee naar een plaats waar hij vroeger veel speelde met zijn vrienden. Hij vertelt dan met passie al zijn jeugdverhalen. Dat is leuk om naar te luisteren.”

Hoe was het om hier op te groeien, Tom?

Tom: “Ik heb hier een fijne jeugd gehad. Ik ben Eeklo heel dankbaar, want ik heb hier mijn talent tot muzikant kunnen ontwikkelen. Tijdens mijn middelbaar aan het College ten Doorn deed ik vaak mee aan het vrij podium. Ik schreef toen ook al mijn songs zelf, maar ik was heel zenuwachtig. De eerste keer dat ik meedeed zat ik vijf minuten voor ik op moest nog op het toilet. Gelukkig is dat allemaal verleden tijd. Kato heeft wel nog last van zenuwen.”

Is dat zo?

Kato: “Ja dat klopt. Als we optreden en ik moet pianospelen, ben ik altijd zenuwachtig. Ik heb mij vaak afgevraagd hoe dat komt, maar ik weet het niet. Je mag niet vergeten dat het niet makkelijk is om een instrument te bespelen en te zingen.”

Tom: “Dat is waar. We hebben ook nog niet zo vaak

opgetreden als andere artiesten. In de toekomst zal dat verminderen.”

Wat waren je eerste indrukken van Eeklo, Kato?

Kato: “Ik vind Eeklo een leuke, authentieke stad. Zo heeft Eeklo zijn eigen dialect waar ik nog een beetje aan moet wennen. Soms sla ik een babbeltje met onze buurvrouw. Zij gaat ervan uit dat ik al vloeiend kan meepraten. *(lacht)*”

“Ik vind Eeklo een leuke, authentieke stad. Zo heeft Eeklo zijn eigen dialect waar ik nog een beetje aan moet wennen”

Waarom kozen jullie voor Eeklo?

Kato: “Aanvankelijk zochten we een huis tussen Eeklo en Gent, omdat we veel vrienden hebben in beide steden en Tom zijn familie woont in Eeklo. Toevallig hebben we dit huis gevonden en we waren onmiddellijk verkocht.”

Tom: “Mijn ouders waren heel blij. Mijn vader en een vriend hebben met plezier meegeholpen met de verhuis. Enkele dagen daarna kregen Kato en ik te horen dat er een luchtspektakel met een massa spreeuwen (Starlings) te zien was boven Eeklo. Het leek wel of het allemaal zo moest zijn.”



© Diego Frazer/S&P

Hebben jullie alle muziekinstrumenten kunnen meenemen?

Tom: “Het was veel werk, maar het is goed verlopen. Ik heb al mijn twaalf gitaren hier een plaats kunnen geven (*lacht*). Voor de verhuis had ik er al enkele verkocht, maar sommige ga ik nooit wegdoen. Zo is er de gitaar waarmee ik zesde werd op het Eurovisiesongfestival in 2010 in Oslo. Daarnaast heb ik ooit eens mogen spelen in het voorprogramma van Taylor Swift in Brussel en zij heeft toen één van mijn gitaren gesignd. Ik zal nooit meer met die gitaar spelen, omdat ik bang ben om die handtekening te beschadigen.”

Kato: “Die gitaren zijn heilig in dit huis. Ik heb mijn nieuwe buffetpiano meegenomen. Ik kijk ernaar uit om in de zomer de ramen te openen en samen muziek te maken.”

Zijn jullie van ‘s ochtends tot ‘s avonds bezig met muziek?

Tom: “Het kan wel eens gebeuren dat ik nog lig te slapen in bed, terwijl Kato beneden piano aan het spelen

is, omdat ze een nieuw idee wil uitproberen. Dat is een leuke manier om wakker te worden, maar het is zeker niet zo dat we de hele dag bezig zijn met muziek.”

Kato: “Nee, zo vullen we onze dagen niet in. We proberen als koppel een goed evenwicht te vinden tussen werk en privé. Als die balans niet meer in evenwicht is, hebben we dat beiden snel door.”

Hoe hebben jullie Liefde voor Muziek ervaren?

Kato: “Dat was een geweldige ervaring. We hebben kunnen samenwerken met zeer goede muzikanten waar we veel van leerden. Ik heb daar alleen maar leuke herinneringen aan.”

Tom: “Ik ook. Voor ons is dat programma een beetje Temptation Island voor muzikanten (*lacht*). In plaats van bezig te zijn met de liefde, proberen wij iemand anders zijn song heruit te vinden.”

Waar kijken jullie naar uit?

Kato: “Ik zou graag een housewarming organiseren

voor familie en vrienden. Hopelijk deze zomer met een barbecue.”

Tom: “Het zou leuk zijn om zoiets te organiseren tijdens het EK voetbal. Verder zitten we te wachten om terug op te treden. We zijn volop aan een nieuw album aan het werken. Onze nieuwe single komt binnen enkele maanden uit.”

Vertel.

Tom: “Veel mogen we daar nog niet over zeggen, maar je zal deze keer een andere kant zien van The Starlings. Iedereen kent ons als een duo dat vooral emotionele muziek maakt. Dat imago gaan we met dit nieuwe nummer proberen te veranderen.”

Kato: “Klopt. De muziek zal anders zijn dan dat de mensen van ons gewend zijn. We hopen om het zo snel mogelijk te mogen spelen voor een publiek.”

Wat betekent gezondheid voor jullie?

Tom: “We proberen heel gezond te leven door veel groenten en fruit te eten. Iedere dag gaan we een uurtje wandelen met de honden in Het Leen, zodat we genoeg bewegen.”

Kato: “Ja gezondheid is voor ons belangrijk. Ik heb in het verleden veel gesukkeld met mijn rug. Ik ben al een paar keer naar de rugschool geweest. Daar vertelden ze mij dat ik nooit nog aan sport zou kunnen doen. Ik ben dan gezonder gaan leven. Zo ging ik veel naar de

sportschool om mijn spieren sterker te maken. Sindsdien kan ik terug lange afstanden lopen.”

Ben je aan het trainen voor een wedstrijd?

Kato: “Het plan was om een halve marathon te lopen. Ik ging daarvoor regelmatig trainen, maar door corona is dat jammer genoeg allemaal in het water gevallen. Ik hoop snel een wedstrijd te kunnen lopen.”

“Ik vind het heerlijk om tijdens het lopen te luisteren naar een podcast. Zo kan ik mijn hoofd even leegmaken”

En jij, Tom?

Tom: “Kato is inderdaad de meest sportieve van ons twee. Ik ben niet zo bezig met loopwedstrijden, maar ik ga zeker minstens een keer in de week lopen. Ik vind het heerlijk om tijdens het lopen te luisteren naar een podcast. Zo kan ik mijn hoofd even leegmaken.”

Kato: “Wat ik soms doe tijdens het lopen, is luisteren naar de eerste versie van onze nieuwe songs. Zo luister je op een andere manier en hoor je nieuwe tekortkomingen. Als ik dan thuiskom van het lopen, kan ik niet wachten om terug bezig te zijn met muziek.”



Tom

Eeckhout (31)

is afkomstig uit Eeklo. In 2010 vertegenwoordigde hij als Tom Dice ons land op het Eurosongfestival in Oslo met de hit ‘Me and my guitar’. Hij behaalde toen de zesde plaats.

Kato

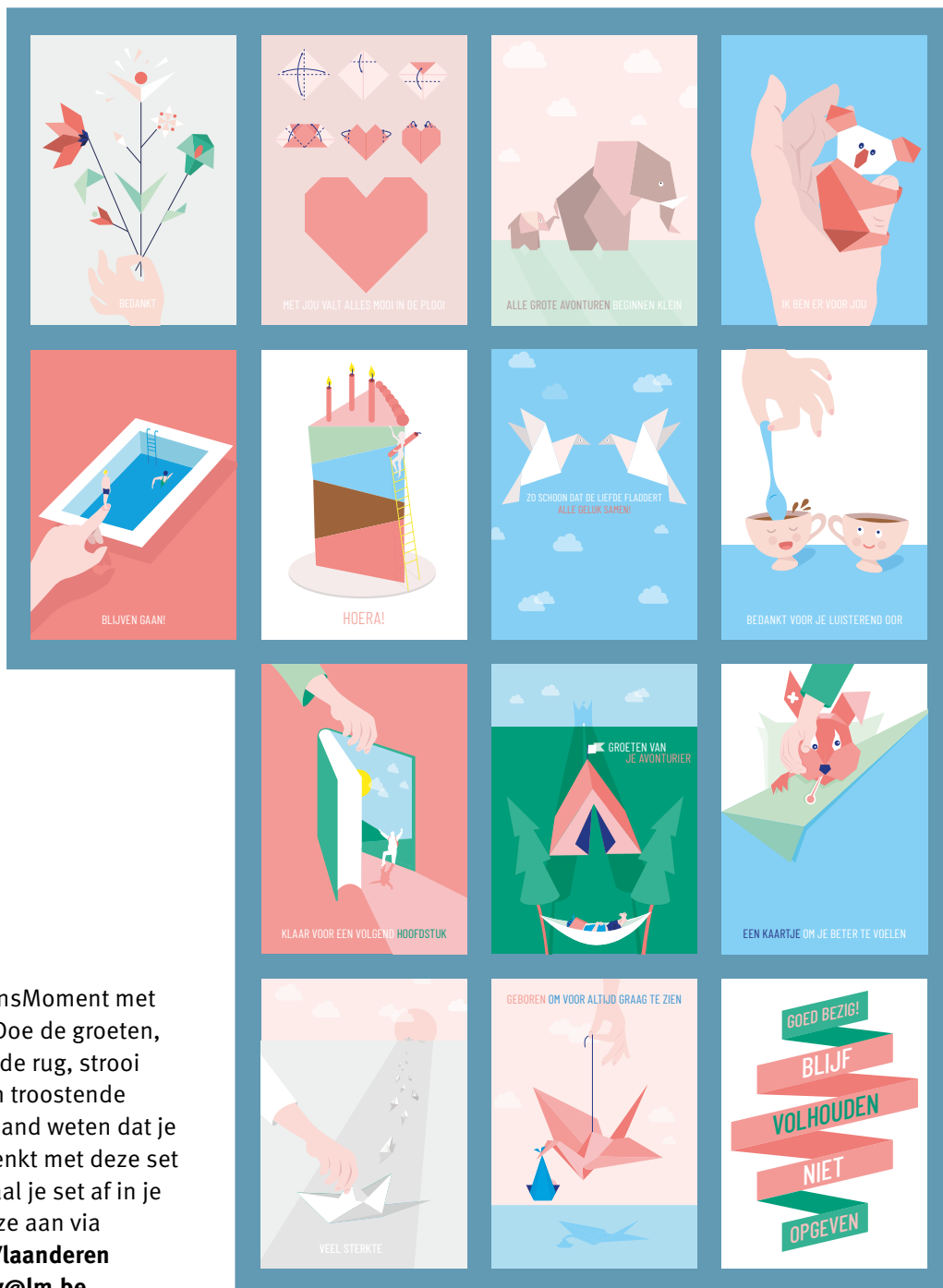
Callebaut (29)

komt uit Leuven. In 2010 deed ze mee aan Humo’s Rock Rally. Een jaar later veroverde ze de jury van Idool 2011. Kato eindigde tweede in de wedstrijd.

Voor elk
LevensMoment
een passend kaartje



Vraag vandaag nog jouw gratis set kaartjes aan
via de website www.lm.be
Dan kan je er morgen iemand blij mee maken!



Sta stil bij elk LevensMoment met deze set kaartjes. Doe de groeten, geef een duwtje in de rug, strooi confetti of bied een troostende schouder. Laat iemand weten dat je aan hem of haar denkt met deze set kaarten van LM. Haal je set af in je LM-kantoor, vraag ze aan via www.lm.be/Oost-Vlaanderen of mail naar info.ov@lm.be.

Voor elk
LevensMoment
een omslag met
voordelen

GEBOORTE

HOERA, EEN BABY! ONTDEK AL ONZE GEWELDIGE BABYVOORDELEN.



ZWANGERSCHAPSCONSULENTEN

Bij een geboorte komt heel wat administratie kijken. LM helpt je graag om goed voorbereid de kraamperiode in te gaan. Onze consulent komt **gratis** langs om al je vragen te beantwoorden rond moederschapsrust, ouderschapsverlof, kraamzorg, premies aanvragen, kinderopvang en veel meer. Je kan bij onze zwangerschapsconsulenten ook terecht voor uitleg over draagdoeken en afkolftoestellen.



ZWANGERSCHAPSPAKKET

Vanaf de vierde maand zwangerschap ontvang je een zwangerschapspakket met onder andere een bon van **80 euro** voor de LM Zorgshop. Die bon geldt voor iedere LM-ouder. Als beide ouders lid zijn, krijg je dus **160 euro**.



GEBOORTEPREMIE

Elke LM-ouder ontvangt bij de geboorte, adoptie of pleegzorg een premie van 100 euro. Als beide ouders lid zijn, krijg je dus **200 euro**.



CADEAUBON

LM geeft je als ouder **100 euro** budget om te spenderen in onze webshop www.lmzorgshop.be. Zijn beide ouders lid? Dan krijgen jullie samen **200 euro** budget. Ook bij adoptie en pleegzorg.



KINDEROPVANG

Je kindje naar de crèche of onthaalouder brengen is goed voor zijn of haar fysieke en psychische ontwikkeling. Omdat het ook wel een flinke hap uit je budget neemt, betalen we voor elk kind jonger dan 3 jaar tot **60 euro** per jaar terug.



BEGELEIDING VOOR EN NA DE BEVALLING

Perinatale kinesitherapie, zwangerschapsyoga of – zwemmen? LM geeft **45 euro** bovenop de mogelijke wettelijke terugbetaling. Per zwangerschap worden maximaal 9 sessies (5 euro per sessie) vergoed.



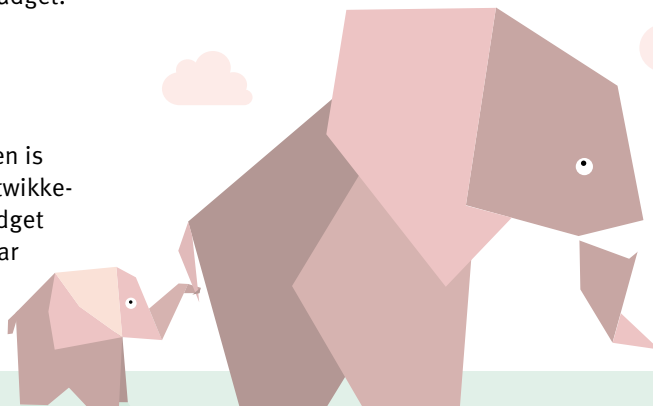
BORSTVOEDINGSPREMIE

Als mama ontvang je een premie van **125 euro** per periode van 2 maanden borstvoeding. De maximale tussenkomst bedraagt **375 euro**.



KRAAMZORG

Om de eerste weken met je baby vlot te laten verlopen kan je de hulp inschakelen van iemand die zal helpen met huishoudelijke taken. Voor elk kind ontvang je een tussenkomst van 5 euro per uur voor maximum 30 uur ofwel **150 euro** per pasgeborene.



JEUGD



LM BIEDT VEEL VOORDELEN OM KINDEREN EEN FANTASTISCHE TIJD TE LATEN BELEVEN, ONTDEK ZE HIER!



JEUGDBEWEGING

Is je kind lid bij de Chiro, Scouts of een andere erkende jeugdbeweging? Dan betaalt LM jaarlijks **15 euro** van het lidgeld terug.



SPORTPRIKKEL

Tot 18 jaar krijg je elk kalenderjaar tot **35 euro** terug als je gaat sporten en lid bent van een erkende sportclub. Ook watergewenning en peuterturnen komt in aanmerking.



ORTHODONTIE

Een beugel voor je kind is duur. Daarom voorziet LM een extra tegemoetkoming van maar liefst **400 euro**, bovenop de wettelijke ziekteverzekering.



LOGOPEDIE

LM geeft een tussenkomst van **8,50 euro** per zitting, maximaal 100 zittingen of **850 euro** per LM-lid. Dat wanneer er geen terugbetaling is voorzien in de wettelijke ziekteverzekering of het aantal terugbetalingen is opgebruikt.



PSYCHOLOGISCHE BEGELEIDING KINDEREN EN JONGEREN

Steeds meer jongeren krijgen te maken met psychologische problemen. Om professionele hulp toegankelijker te maken, geeft LM een tussenkomst tot **120 euro** aan jongeren voor psychologische begeleiding.



LOOPFIETS, STEP OF SWIMHERO VOOR TWEELAJRIGEN

LM wil kinderen al op jonge leeftijd in beweging zetten. Daarom schenken we elke aangesloten tweejarige een loopfiets, step of leuke zwemvest (SwimHero).



SPEELPLEINEN EN SPORTVAKANTIES

Neemt je kind tijdens de schoolvakanties deel aan een speelpleinwerking of sportvakantie (zonder overnachting)? Dan krijg je tot **100 euro** per kalenderjaar. De tussenkomst is 5 euro per dag voor maximaal 20 dagen.



JEUGDKAMPEN

Jongeren van 2 tot 18 jaar die tijdens een schoolvakantie deelnemen aan een jeugdkamp krijgen een tussenkomst tot **50 euro** per kalenderjaar (5 euro per overnachting). Alle vakanties georganiseerd door erkende verenigingen, zoals Scouts- en Chirokampen, komen in aanmerking.



GRATIS VERZEKERING: DENTA-PLUS EN HOSPITAAL-PLUS

Kinderen **jonger dan 8 jaar** kunnen zich gratis aansluiten bij de tand- en hospitalisatieverzekering.

* minstens 1 ouder moet aangesloten zijn bij hetzelfde verzekeringsproduct.



BEHANDELING PLASPROBLEMEN BIJ JONGEREN

LM komt voor 50% tussen in de behandeling op voorschrift van een arts. De maximale tussenkomst bedraagt **100 euro** voor jongeren t.e.m. 18 jaar.

GEZONDHEID



LM GEEFT OM JOUW GEZONDHEID.
ONTDEK HIER ALLE VOORDELEN OM GEZOND TE LEVEN.



SPORTPRIKKEL

Iedereen die lid is van een erkende sportclub krijgt elk kalenderjaar tot **25 euro**. Ook fitnessen wordt beloond bij een abonnement van minstens drie maanden of een tienbeurtenkaart.



OPTIEK

Jaarlijkse tussenkomst om je zicht te verbeteren voor bril, lenzen of oogpleisters tot **50 euro**. Eénmalige tussenkomst van **max 100 euro** voor nachtlenzen en **max 200 euro** voor oogcorrecties.



VACCINS

Je kan rekenen op maximaal **30 euro** voor alle vaccins per kalenderjaar.



VOEDINGSADVIES

Wat we eten is belangrijk en heeft een grote invloed op onze gezondheid. Je kan tot **30 euro** krijgen voor voedingsadvies (diëtist, Infraligne, Bodystyling of Wellness that Works) en tot **40 euro** voor medicatie.



MAMMOGRAFIE

Borstkanker is de meest voorkomende kanker bij vrouwen. Een mammografie is essentieel in de vroegtijdige opsporing van borstkanker. Daarom biedt LM per kalenderjaar een tussenkomst tot **7,50 euro**.



OPSPORING PROSTAATKANKER

Naast longkanker is prostaatkanker de meest frequente kanker bij mannen. LM voorziet per kalenderjaar een tussenkomst tot **7,50 euro**.



BOTDENSITOMETRIE

Een botdensitometrie is een eenvoudig onderzoek om botontkalking op te sporen. LM voorziet een tweejaarlijkse tussenkomst tot **20 euro**.



HOORAPPARATEN

Bovenop de tussenkomst die je krijgt uit de verplichte ziekteverzekering geeft LM een tussenkomst tot **100 euro** bij de aankoop van een hoorapparaat bij een erkende audicien.



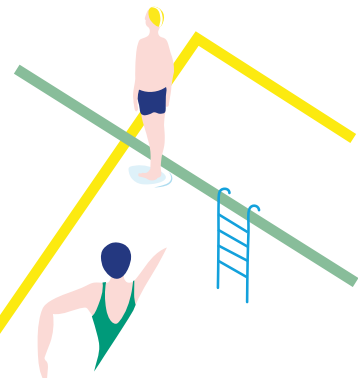
TANDZORGEN

Sommige prestaties worden niet terugbetaald in de verplichte ziekteverzekering zoals tandextracties, kroon- en brugwerk, enz. LM geeft je daarom per kalenderjaar een tussenkomst van **20% op de totale kostprijs**, tot **100 euro**. Ook voor een gebitsbeschermer op maat geldt de tussenkomst.



OORDOPPEN OP MAAT

LM voorziet een eenmalige tussenkomst tot **25 euro** voor op maat gemaakte (zwem)oordoppen bij een audioloog of audicien erkend door de FOD Volksgezondheid.



ZIEKTE

ZIEK OF EXTRA ONDERSTEUNING NODIG?
OOK DAN IS LM ER VOOR JE.



HOSPITALISATIEVERZEKERING

Of je nu zwanger bent of plots in het ziekenhuis belandt: de kosten bij een opname kunnen hoog oplopen. Sluit dus op voorhand een hospitalisatieverzekering af. Bij LM geniet je met Hospitaal-Plus van een maximale dekking voor een minimale bijdrage. Kinderen **jonger dan 8 jaar** sluiten gratis aan.*

Nieuw is de continuïteitsverzekering, de wachtpolis die je beschermt tegen dure premies in geval collectieve hospitalisatieverzekering wegvalt.



TANDVERZEKERING

Een beugel, tanden trekken of een kunstgebit? De ziekteverzekering betaalt maar weinig van die kosten terug. Gelukkig beschermt Denta Plus, de tandverzekering van LM, je tegen hoge tandartskosten. Kinderen **jonger dan 8 jaar** sluiten gratis aan.*



ALTERNATIEVE GENEESWIJZEN

LM betaalt 20% terug van homeopathische geneesmiddelen op voorschrift. Voor chiropractie, osteopathie, acupunctuur en manuele therapie is er een tussenkomst van **10 euro** per consultatie. De maximale tussenkomst voor alternatieve geneeswijzen is **60 euro** per jaar.



SONDAGEMATERIAAL, VLOEIBARE VOEDING EN DOORLIGWONDEN

LM biedt een tussenkomst van 50% op de aankoopprijs van sondagemateriaal, vloeibare voeding en verzorgend materiaal tegen doorligwonden. Dit met een maximum van **150 euro** per jaar voor alle tussenkomsten samen.



PSORIASIS, ZIEKTE VAN CROHN EN MUCOVISCIDOSE

Je krijgt een tussenkomst van 100% van het lidgeld bij een patiëntenvereniging en een tussenkomst van 50% van de oplegkosten van specifieke behandelingen en geneesmiddelen. Dit met een maximum van **150 euro** per kalenderjaar voor alle tussenkomsten samen.



VOETVERZORGING

Iedereen vanaf 65 jaar kan genieten van een jaarlijkse tussenkomst tot **30 euro** voor een pedicure. Je ontvangt 5 euro per behandeling voor een maximum van 6 behandelingen per kalenderjaar. Wie door ziekte of handicap nood heeft aan professionele voetverzorging, heeft ook recht op deze tussenkomst.



PODOLOGISCHE ZOLEN

LM voorziet een tweejaarlijkse tussenkomst van **15 euro** per podologische zool. Voorwaarden: alleen als er geen tussenkomst is uit de verplichte verzekering, op voorschrift van een huisarts of specialist en gemaakt door een erkende podoloog.



PSYCHOLOGISCHE BEGELEIDING VOOR VOLWASSENEN

LM biedt alle leden een tussenkomst in de kostprijs van psychologische begeleiding of een cursus mindfulness. Wij voorzien een terugbetaling tot **60 euro** per jaar.

* minstens 1 ouder moet aangesloten zijn bij hetzelfde verzekeringsproduct.



Zelf vrijwilliger worden?

Contacteer ons op 09 235 72 82 of mail naar hopin@lm.be. www.hop-in.be



hop
in

VRIJWILLIGER IN DE KIJKER

“Ik doe mijn vrijwilligerswerk altijd met veel vreugde”

Georges Deserranno (68) uit Eeklo is vrijwilliger bij Hop-in, de vrijwilligersorganisatie van LM Oost-Vlaanderen. Iedere week rijdt Georges voor het welzijn van iemand anders. “Met mijn nieuwe auto hoop ik mensen nog beter te kunnen vervoeren.”

Van bij de oprichting van Hop-in in 2017 was Georges al vrijwilliger. “Ik zag in het ledenmagazine dat je vrijwilliger kon worden bij Hop-in. Ik wist dat dit iets voor mij was, waardoor ik mij heb ingeschreven. Ondertussen ben ik ongeveer vier jaar actief bij Hop-in en ik doe het nog altijd met veel vreugde.”

De eerste opdracht

Georges heeft nog steeds een goede relatie met de eerste persoon die hij vervoerde. “Ik was een beetje zenuwachtig toen ik mijn eerste opdracht kreeg van Hop-in. Ik belde de persoon om te weten wie hij was.” De man aan de telefoon stelde zich voor als Jacques. “Hij was enorm vriendelijk en spraakzaam wat een hele opluchting was, want ik ben iemand die sociaal is en graag een babbeltje slaat met de mensen.” Sindsdien zijn Georges en Jacques onafscheidelijk. “Ik rij iedere week met plezier voor hem.”

MS-liga Vlaanderen

Naast Hop-in is Georges samen met zijn vrouw Rita (72) vrijwilliger bij de MS-liga Vlaanderen. “Mijn vrouw heeft MS. Samen besloten we om er het beste van te

maken en ons in te zetten voor andere MS-patiënten. Het is een nare chronische ziekte die het zenuwstelsel aantast. Zo heeft mijn vrouw evenwichts- en zichtproblemen. Zorg dragen voor je lichaam is daarbij heel belangrijk, daarom proberen wij zo gezond mogelijk te leven. Zo hebben we onlangs twee nieuwe elektrische fietsen gekocht.”

Coronavaccinatie

“Momenteel breng ik veel mensen weg die gevaccineerd worden tegen corona. Veel oudere mensen die nog thuis wonen hebben geen vervoer. Gelukkig is er dan zo iets als Hop-in om hen naar het vaccinatiecentrum te brengen. Het voelt goed om zo bij te dragen in de strijd tegen die vreselijke ziekte. Gisteren heb ik nog iemand naar het vaccinatiecentrum gebracht. De man was oprecht blij mij te zien. Ik was een van de eerste personen die hij zag in maanden. Heel de rit heeft hij zijn levensverhaal aan mij verteld. Het is belangrijk dat je als vrijwilliger luistert, want sommigen mensen zijn eenzaam. Als ik die man thuisbreng en hij stapt uit met een brede glimlach dan heb ik mijn job als vrijwilliger goed gedaan.”

Haal incontinentiemateriaal, krukken of een bloeddrukmeter gewoon uit de muur

LM Oost-Vlaanderen installeerde in Eeklo de LM Zorgautomaat. Daar kan je terecht voor krukken, een koortsthermometer, een afkolftoestel, braces, incontinentiemateriaal en andere hulp- en verzorgingsmiddelen uit de muur. Praktisch en hygiënisch in tijden van corona.

Nu al kan je in de kantoren terecht om allerlei hulp- en verzorgingsmiddelen af te halen die je kan bestellen in de LM Zorgshop of online. Hulpmiddelen worden ook aan huis bezorgd. De zorgautomaat is hierbij een aanvulling.

Praktisch en hygiënisch

“Vooral als je dringend iets nodig hebt is de zorgautomaat ideaal”, zegt Cathy De Waele, algemeen directeur van LM Oost-Vlaanderen. “Ik denk aan incontinentiemateriaal. Ook voor krukken, een zitkussen, een bedpan, bloeddrukmeter, bloedglucosestrips, thermometer, babyluiers, een borstkolf, braces, een luizenkam en -shampoo, alcogel, mondmaskers, een douchehoes voor arm of been kan je in de automaat terecht. Handig op momenten dat onze kantoren en LM Zorgshops gesloten zijn. En praktisch en hygiënisch in coronatijden.” De producten in de zorgautomaat zijn beschikbaar voor iedereen, ook voor niet-leden van LM. Leden krijgen wel **15% korting** op alle producten uit de LM Zorgshop. Bekijk de inhoud van de zorgautomaat op www.lm.be/Oost-Vlaanderen.

De **LM Zorgautomaat** bevindt zich aan kinderdagverblijf Lemmieland, **Lekestraat 33**, in Eeklo.



De **vermelde prijzen** zijn exclusief voor leden van LM Oost-Vlaanderen (15% korting).

Bezoek onze **webshop** en bekijk het volledige aanbod.

www.lmzorgshop.be



gratis huren

Krukken

In lengte verstelbaar. Ook verkrijgbaar als kinderkrak, okselkrak en XL krak.



huren vanaf
€ 0,25/per dag

Rolstoel

Ook verkrijgbaar met gestrekt been, duwwagen, XL rolwagen, kinderrolwagen en multipositierolwagen.

Incontinentiemateriaal



vanaf € 11,13

Tena Active fit



vanaf € 10,57

Tena Silhouette



vanaf € 11,24

AMD Slip Super

Meettoestellen



€ 89,25

Omron M6

Bloeddrukmeter uitgerust met belangrijke controlefunctie die hartritmestoringen detecteert.



€ 195,41

Polar hartslagmeter

Waterdicht fitnesshorloge met polshartslagmeter en GPS. Bepaalt binnen enkele seconden je lichaamspercentages.



€ 381,65

Hometrainer F20

Ergonomisch, lage instap, gelzadel, tablet support en duidelijke LCD display om de vooruitgang van de training te bekijken.

Jong gezin



€ 254,15

Elvie borstkolf

Een draagbare elektrische borstkolf die met een gratis app kan verbonden worden voor extra functionaliteiten.



€ 33,96

Easy Express bustier

Hiermee heb je tijdens het afkolven je handen vrij. Beschikbaar in verschillende maten.



huren € 1,00 per dag

Lansinoh Smartpump

Afcolftoestel dat makkelijk overal kan meegenomen worden. Degelijk en krachtig.

Persoonlijke zorg



€ 84,58

Toiletstoel

Gemakkelijk verplaatsbare stoel met toilettemmer. Zitting kan eenvoudig verwijderd en teruggeplaatst worden.



€ 294,52

Douchestoel

Heeft een ergonomische rugleuning, duwbeugel, toiletbril met zitkussen en is roestvrij.



€ 61,20

Verbandschoen

Comfortschoen voor senioren, reuma- en rehapatiënten met pijn, oedeem, ontstekingen...

Ziekenhuiskamer



€ 2.380,00

Ziekenhuisbed Inovia

Verpleegbed dat comfort combineert met veiligheid en functionaliteit.



€ 1266,50

Relaxzetel Fero

Beschikbaar in twee verschillende uitvoeringen: met of zonder eettafel.



€ 797,30

Relaxzetel Robert

3-moter relaxzetel waarbij voetklep en rug onafhankelijk te bedienen zijn.

KINDERDAGVERBLIJF LEMMIELAND

Maak kennis met Lemmieland Eeklo, het kinderopvanginitiatief van LM Oost-Vlaanderen. Net zoals de mutualiteit focussen we in onze crèches op gezondheidspreventie.



Jong geleerd, is oud gedaan. Een goede gezondheidsopvoeding op jonge leeftijd, daar is het ons als ziekenfonds om te doen! Met de oprichting van Lemmieland trekken we voluit de kaart van gezondheidspreventie. Verschillende studies maakten al duidelijk dat **het loont om kinderen naar de opvang te sturen**. Op een speelse manier leren baby's en peuters er sociale vaardigheden en zijn ze volop in beweging. Doordat het ook positieve effecten oplevert naar gezondheid en welzijn op latere leeftijd, past dat helemaal in de visie die we als ziekenfonds willen uitdragen.

Het **pedagogisch plan** van Lemmieland focust op beweging, voeding en mentale weerbaarheid. De kinderbegeleiders zorgen voor heel wat beweegmomenten, er wordt dagelijks vers en gezond gekookt en er is veel aandacht voor de psychische ontwikkeling van het kind.

Wil je een plaatsje reserveren in Lemmieland Eeklo? Contacteer Felien Dewulf voor alle informatie. Zij verwelkomt je graag als (aanstaande) ouder in onze kinderopvanglocatie voor een rondleiding en uitgebreide toelichting van onze werking. Mail naar info@lemmieland.be of bel **09 235 24 71**. Kinderopvang Lemmieland is er ook in Deinze, Zulte en nu ook nieuw in Lokeren.



LM-voordeel

Je kindje naar de crèche of onthaalouder brengen is goed voor zijn of haar fysieke en psychische ontwikkeling. Omdat het ook wel een flinke hap uit je budget neemt, betaalt LM voor elk kind jonger dan 3 jaar tot **60 euro** per jaar terug.

Lemmieland Eeklo: Lekestraat 33, 9900 Eeklo

- Capaciteit: 18 kinderen
- Er zijn drie slaapkamers, een verzorgingsruimte, een grote binnenspeelruimte en twee buitenspeelruimtes.
- Openingsuren: 7u tot 18u30
- Dagprijs: inkomensgerelateerd

Hulp nodig voor, tijdens of na je ziekenhuisopname?

Zorg dragen voor jezelf of iemand anders is niet altijd even gemakkelijk. Tijdens een periode met 'zorgen' komt heel wat kijken. Het LM ZorgPunt biedt onze leden de nodige ondersteuning. Denk aan thuiszorg, het aan huis leveren van een ziekenhuisbed en andere hulpmiddelen, premies, administratieve ondersteuning, hospitalisatieverzekering, vervoer van en naar een zorgverstreker, oppashulp, het in orde brengen van je ziektedossier... We bekijken graag de mogelijkheden.

Maak kennis met de **LM Zorgconsulenten Celine en Debbie**. Zij staan **24u/24, 7 dagen op 7** voor je klaar en helpen je met al je vragen over ziekte en zorg. Zij zorgen voor een persoonlijke begeleiding voor, tijdens en na een ziekenhuisopname. Indien gewenst komen onze zorgconsulenten **gratis** bij je langs in het ziekenhuis of aan huis.

Heb je een vraag of wil je een huis- of ziekenbezoek aanvragen? Bel **078 050 551**.

Stuur een e-mail naar **zorgconsulent.ov@lm.be** of vul het contactformulier in via **www.lm.be/Oost-Vlaanderen**. Ook de medewerkers in het LM-kantoor in Eeklo helpen je graag om het eerste contact te leggen.



(Foto genomen voor de coronamaatregelen)

Dienst maatschappelijk werk in het LM-kantoor Eeklo

De Dienst Maatschappelijk Werk is **gratis** en voor iedereen toegankelijk. De hulp- en dienstverlening richt zich specifiek naar personen met een verminderde zelfredzaamheid ten gevolge van ziekte, handicap, ouderdom of sociale kwetsbaarheid en hun mantelzorgers.

Heb je vragen over je ziekte, handicap of verminderde zelfredzaamheid? Wil je zo lang mogelijk thuis blijven wonen? Onze **sociaal werker** helpt je graag **persoonlijk** verder.

Je kan hiervoor een afspraak maken in het LM-kantoor, bel naar **09 377 15 39** of mail **marleen.vanhulle@lm.be**.

Hulpmiddel op maat nodig?

Wie hulpmiddelen op maat nodig heeft, kan een beroep doen op onze bandagist in het LM-kantoor te Eeklo. Iedere **dinsdag** tussen **14u en 15u** kan je er terecht bij **Pauline**. Zij geeft advies bij het kiezen van braces, steunkousen, steunzolen, orthopedie, rolstoelen, scooters, stomamateriaal en (borst)prothesen. Pauline zoekt samen met jou naar de beste oplossing voor je situatie. Zij kan meteen de juiste afmetingen nemen voor een product op maat.

Ben je op zoek naar een mobiliteitshulpmiddel? Dan ben je in de LM Zorgshop in Eeklo ook op de juiste plaats. Pauline staat in voor advies, de aanvraag, opmeten en leveren van mobiliteitshulpmiddelen zoals een elektrische of manuele rolstoel, driewiel fiets, scooter of rollator. Ook voor de service na verkoop kan je op haar rekenen.

TIP: Wie een hulpmiddel op maat nodig heeft, zorgt best voor een doktersvoorschrift. Zo zijn deze oplossingen betaalbaar.

“Een goede gezondheid is niet vanzelfsprekend”

Christophe De Waele (50) is al vele jaren schepen in Eeklo maar ook actief binnen LM Oost-Vlaanderen. Van thuis uit kreeg hij mee om mensen te helpen. “Bij mij kan iedereen terecht met een probleem.”

Ben je graag schepen van Eeklo?

“Ja, ik ben het ondertussen al een hele tijd. Ik heb nog steeds het gevoel dat ik van Eeklo een betere stad maak. Op het lokale niveau kan je veel realiseren. Ik vind het heel belangrijk dat mensen die een probleem hebben altijd bij mij terecht kunnen. Daarom sta ik zo dicht bij de mensen, want ik wil weten wat er leeft bij de Eeklonaars.”

Wat is het streekproduct van Eeklo?

“De ‘neuzekes’ of cuberdons van Eeklo. Iedereen denkt dat die ontstaan zijn in Gent, maar dat klopt niet. Het recept komt uit Eeklo. Ik hoop hiermee geen nieuwe ‘neuzekesoorlog’ te beginnen (*lacht*).”

Wat betekent gezondheid voor jou?

“Gezondheid is het allerbelangrijkste. Ik vind dat mensen dat soms niet genoeg beseffen. Een goede gezondheid is niet vanzelfsprekend. Ik heb dat zelf mogen ondervinden met mijn dochter. Ona is zwaar ziek door leukemie en is al meer dan een jaar in behandeling. Dat is een moeilijke periode voor onze familie. Een kind dat ernstig ziek is,

is het ergste dat je kan overkomen als ouder. Het leert je om andere problemen te relativiseren en positief in het leven te staan.”

“Een kind dat ernstig ziek is, is het ergste dat je kan overkomen als ouder”

Leef je gezond?

“Ik hou van het Bourgondische leven, maar matigheid is iets dat ik hoog in het vaandel draag. Ik doe mijn best om gezonder te leven. Ik eet gezonde voeding met veel fruit en groenten. Daarnaast probeer ik veel te bewegen. Ik ga graag fietsen en wandelen, maar door het drukke werk is het moeilijk om daarvoor tijd te vinden en ik ben ook geen twintig jaar meer (*lacht*).”

Wat doe je om te ontspannen?

“In het weekend probeer ik bij mijn familie te zijn. Mijn vrouw en ik trekken erop uit met de fiets en gaan ergens picknicken. Als ik een stressvolle dag heb gehad, ga ik

ook meestal fietsen om mijn zorgen even te vergeten. Ik geniet dan van het mooie weer en de natuur van Het Leen, zodat ik mijn hoofd even kan leegmaken. Zo heb ik de natuur in Eeklo herontdekt, maar soms kijk ik ook naar een grappige film om te ontspannen.”

Wat is jouw favoriete plaats in Eeklo?

“Dat is een moeilijke vraag. Ik ben vooral graag waar het gezellig is en veel mensen zijn. Dat kunnen terrassen, culturele evenementen of wijkfeesten zijn.”

Hoe zie je de toekomst?

“Ik hoop nog even te kunnen doorgaan als schepen en verder te bouwen aan deze mooie stad, maar mijn grootste wens is dat mijn familie en vrienden gezond blijven.”

Ben je gelukkig?

“Ja, door de ziekte van Ona heb ik geleerd dat we als familie meer moeten genieten van de kleine zaken in het leven. Ik probeer altijd positief in het leven te staan en vooruit te kijken.”





Charlotte en Ann staan voor je klaar in het LM-kantoor!



Koningin Astridplein 20, 9900 Eeklo

09 377 15 39

eeklo@lm.be

www.lm.be

www.lmzorgshop.be

Maandag 8u30 - 12u en 13u - 17u

Dinsdag 8u30 - 12u en 13u - 17u

Woensdag 8u30 - 12u en 13u - 17u

Donderdag 8u30 - 12u en 13u - 17u

Vrijdag 8u30 - 12u en 13u - 16u30

Zaterdag 9u - 12u

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