

A close-up portrait of Jean Blaute, an older man with a white beard and glasses, wearing a brown hat and a dark jacket. He is holding the neck of a guitar, with the headstock visible on the right side of the frame. The background is slightly blurred, showing what appears to be a workshop or a music store with wooden shelves.

Op de gezondheid
van Jean Blaute



Het LM-kantoor en de LM Zorgshop in Zottegem

We verwelkomen je graag in het LM-kantoor van Zottegem. 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 16 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 Vera en Lisa 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 woensdag tussen 16u en 17u bij onze bandagist. Breng ons dus zeker een bezoek!

Wil je lid worden of vrijblijvend info krijgen? Spring dan gerust binnen of contacteer onze klantendienst op **09 223 19 76**. Je kan ook mailen naar info.ov@lm.be of je vraag stellen via chat op www.lm.be. Je overstap is zo geregeld. Wij regelen alles met je huidig ziekenfonds. 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 Zottegem,

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. Aarzel niet om een afspraak te maken of binnen te springen in ons kantoor voor meer informatie. Ook niet-leden helpen we graag verder.

Tegelijk laten we bekende gezichten aan het woord. Jean Blaute blikt terug op zijn jeugdijaren in Zottegem. Jan en Sabine De Maesschalck antwoorden openhartig en vol optimisme op al onze vragen over hun thuisstad Zottegem.

Veel leesgenot!

Cathy De Waele
Algemeen directeur
LM Oost-Vlaanderen



Volg ons op sociale media



04
Op de gezondheid van
Jean Blaute

07
LM ZorgPunt

08
Voor elk LevensMoment een
omslag met voordelen

12
Interview
Familie De Maesschalck

14
Maak kennis met Hop-in
De vrijwilligersorganisatie
van LM Oost-Vlaanderen

15
Nieuw: LM Zorgautomaat

16
LM Zorgshop
Een overzicht van onze producten

19
Mijn LevensMoment
Maak iemand blij!



Jean Blaute (69) is een Vlaams muzikant en muziekproducer. Hij heeft nummers gemaakt voor Clouseau, Raymond van het Groenewoud, Urbanus en nog vele andere Vlaamse sterren.

“In gedachten heb ik Zottegem nooit verlaten”

Muziekproducer Jean Blaute (69) maakt nummers voor alle Vlaamse sterren. Hij groeide op in de muzikwinkel van zijn ouders en trad als tiener op met Toots Thielemans in de lokale jazzclub in Zottegem. We praten met hem over zijn jeugdjaren in Zottegem, zijn visie op de toekomst en muziek. “Producers kan ik vaarwelzeggen maar muziek jamais!”

Je bent overal in Vlaanderen en Nederland geweest. Wat maakt Zottegem voor jou zo speciaal?

“Zottegem heeft zijn eigenheid kunnen bewaren, omdat het zo afgelegen is. Het had beter ‘Afgelegengem’ geheten (lacht). Je moet daar nooit zijn. Er is een slechte verbinding met de autosnelweg, waardoor Zottegem zich een beetje heeft kunnen isoleren van de rest van de Vlaamse Ardennen. Sommigen zeggen dat Zottegem ‘de poort’ is van de Vlaamse Ardennen. Het hoort er juist niet bij.”

Hoe was het om op te groeien in Zottegem?

“Om te beginnen had ik fantastische ouders die veel bezig waren met muziek. Mijn vader was muzikant en samen met mijn moeder hadden ze een muzikwinkel waar wij boven woonden. Opgroeien in die winkel was voor mij echt een paradijs. Elke dag kon ik naar alle soorten muziek luisteren. Zo heb ik mijn talent tot producer kunnen ontwikkelen.”

Vanwaar die winkel?

“Mijn vader en moeder hadden eerst een muzikcafé waar veel artiesten kwamen spelen. Mijn moeder vond dat geen gepast milieu voor een kind. Met het beetje spaargeld dat ze hadden, kochten ze een klein winkeltje in de Hoogstraat in Zottegem. Die muzikwinkel was hun droom.”

“Het had beter ‘Afgelegengem’ geheten”

Mocht je de muziekinstrumenten en platen gebruiken die je ouders verkochten?

“Elke plaat die we verkochten, heb ik zeker beluisterd (lacht). In het begin was dat door mijn studie van klassieke piano vooral klassieke muziek. De hemelpoorten gingen pas open toen ik een gitaarsolo van Chuck Berry hoorde op een van zijn platen. Ik gebruikte een akoestische gitaar uit de etalage in de illussie dat mijn ouders dat nooit gingen te

weten komen. Ik probeerde die gitaarsolo's na te bootsen. Voor mijn tiende verjaardag heb ik die gitaar tot mijn grote verbazing gekregen (lacht). Ze konden die niet meer verkopen, want er stonden te veel krassen op.”

Welke muziekgroep heeft het meest indruk op je gemaakt?

“The Beatles, zoals bij vele jonge meisjes en jongens in die tijd. Ondertussen is het al een cliché, maar het is bij mij niet anders. Er was een voor en na. Ik heb alle weekendvoorstellingen van de eerste film van The Beatles gezien in een cinema in Zottegem. Toen ik dan maandag op school verscheen was ik veranderd.”

Vonden je ouders die verandering goed?

“Ja, ik heb het geluk gehad dat mijn ouders mij hebben gesteund. Ik wilde bijvoorbeeld graag schoenen zoals The Beatles. Op een dag in Zottegem zag ik daar iemand mee rondlopen. Die vertelde mij dat hij

die schoenen had gekocht in een speciale winkel in Gent. Ik kon daar met mijn ouders niet naartoe, want ik moest overdag naar school en in het weekend moest ik in de winkel helpen. Uiteindelijk heb ik een namiddag mogen spijbelen om die schoenen te gaan kopen in Gent (lacht). Ze waren wel drie maten te groot, maar daar trok ik mij niets van aan.”

Van welke muziek hou je niet?

“Het nadeel van in die muziekwinkel te werken, is dat ik onaangename muziek moest opzetten voor de klanten. Voor mij was dat bijvoorbeeld Duitse Schlager of bepaalde levensliederen. Na een tijdje ben ik dat wel beginnen te appreciëren.”

Kon je school goed combineren met je passie voor muziek?

“Dat was moeilijk, want ik zat veel in die winkel, volgde privéles piano en muziekschool. Dat combineren met Latijn-Grieks op het Atheneum in Zottegem was niet evident. Dat werd soms te veel.”

“Ik ken alle wegen die leiden naar Zottegem”

Wat was je favoriete plek in Zottegem?

“Ik fietste veel alleen in de natuur. Later deed ik hetzelfde met de motorfiets. Daardoor ken ik alle wegen die leiden naar Zottegem (lacht). Een andere speciale plek voor mij, is de ‘Toots Jazzclub’. Niet vernoemd naar Toots Thielemans, maar ook hij was daar kind aan huis. De beroemdste Amerikaanse muzikan-

ten speelden in die club voor een klein publiek. Ik heb daar leuke avonden mee gemaakt.”

Had je een goede relatie met Toots Thielemans?

“Zeker. Ik zag hem voor het eerst in die jazzclub. Ik was toen een jongere tiener. Hij hield daar een driedelig optreden. Dat was fantastisch. Na het optreden stelde de eigenaar van de club mij voor aan Toots als iemand die goed piano kan spelen. Toots antwoordde in zijn gebruikelijk Brussels accent: ‘ketje gaan we dan eens samen spelen?’ Daarna hebben we voor heel het café nog een nummer gespeeld. Toots had een warm hart voor Zottegem.”

“Steeds als ik Toots zag, vroeg hij hoe het was in Zottegem”

Hoe bedoel je?

“Steeds als ik Toots zag, vroeg hij hoe het was in Zottegem. Daarmee bedoelde hij die jazzclub. Hij was daar zeer verknocht aan en had veel bewondering voor de inzet voor jazzmuziek. Toots ging naar de meest prestigieuze jazzclubs in de wereld, maar die van Zottegem had een speciale plaats in zijn hart.”

Heb je voor hem mogen produceren?

“Nee, dat is er helaas nooit van gekomen. Ik heb hem wel eens gevraagd om te komen spelen voor het nummer ‘Passie’ van Clouseau. Ik wilde echt zijn mondharmonica-muziek in dat nummer, maar hij was jammer genoeg niet vrij. Hij had optredens in het buitenland. Ik denk

met zijn goeie vriend Quincy Jones, maar ik ben niet meer zeker. Dat is een wereldster in de muziek.”

Wanneer ben je weggegaan uit Zottegem?

“Toen ik 24 jaar was. Op een gegeven moment moest ik vertrekken voor mijn muziekcarrière. Ik was een professionele studiomuzikant en mijn werkplaatsen bevonden zich voornamelijk in Gent en Brussel. Maar in gedachten heb ik Zottegem nooit verlaten.”

Kom je nog veel in Zottegem?

“Regelmatig. Ik heb daar nog wat familie en vrienden wonen. Daarnaast probeer ik de muziekscene levend te houden in Zottegem, door een jazzfestival in het kasteelpark te presenteren en ik ben peter van Rock Zottegem. Achteraf spreken mensen mij aan en vertellen verhalen over mijn vader en moeder. Ik hou daarvan, want dan komt mijn jeugd terug en zie ik mezelf in de muziekwinkel staan samen met mijn ouders.”

Ga je ooit met pensioen?

“Binnenkort ga ik stoppen. Producenten kan ik vaarwelzeggen, maar de muziek jamais! Ik probeer bezig te blijven. Zo heb ik nog enkele muzikale projecten lopen. Ik ga waarschijnlijk een tweede plaat opnemen met Jasper Steverlinck, maar het zal afhangen van mijn gezondheid. Ik heb een auto-immuunziekte, waardoor ik moet opletten voor corona. Volgend jaar word ik 70. Er zal dan ook een boek over mijn leven verschijnen.”

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 Zottegem helpen je graag om het eerste contact te leggen.



(Foto genomen voor de coronamaatregelen)

Dienst maatschappelijk werk in het LM-kantoor Zottegem

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 **09 360 15 80** of mail emily.christiaens@lm.be.

Hulpmiddel op maat nodig?

Wie hulpmiddelen op maat nodig heeft, kan een beroep doen op onze bandagist in het LM-kantoor te Zottegem. Iedere **woensdag** tussen **16u en 17u** kan je er terecht bij **Melissa**. Zij geeft advies bij het kiezen van braces, steunkousen, steunzolen, orthopedie, rolstoelen, scooters, stomamateriaal en (borst)prothesen. Melissa 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 Zottegem ook op de juiste plaats. Melissa 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.

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 afkolfoestellen.



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.



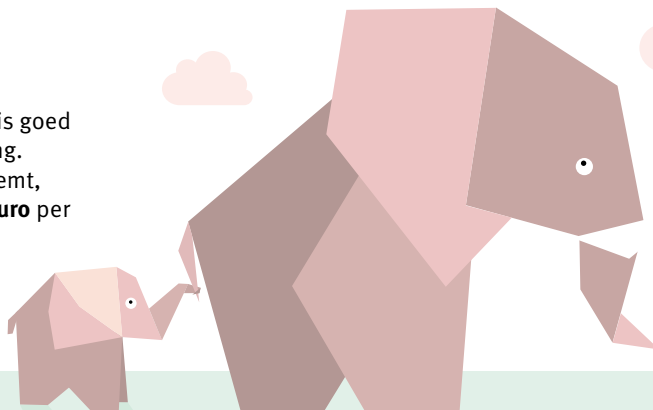
BORSTVOEDINGSPREMIE

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 watergewinning 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.

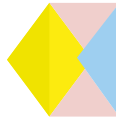
* minstens 1 ouder moet aangesloten zijn bij hetzelfde verzekeringsproduct.



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 tien-beurtenkaart.



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.



STOPPEN MET ROKEN

We betalen tot **50 euro** voor rookstopmiddelen zoals kauwgom, pleisters, inhalatoren en neussprays. Ook rookstop-training (Allen Carr's Easyway) komt in aanmerking.



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.



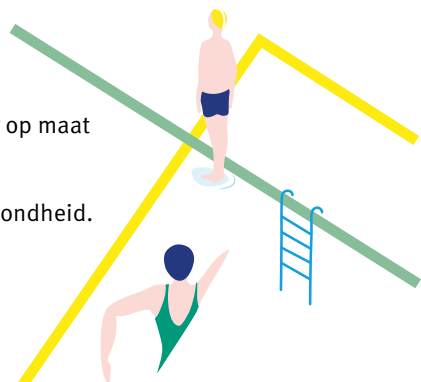
TANDZORGEN

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.

“Ik heb mij altijd een Zottegemenaar in het buitenland gevoeld”

Hij heeft als consul gewoond in Jamaica, Rusland en Zuid-Afrika. Zij is voorzitter van de seniorenbeweging VIEF. We spreken met moeder Sabine en zoon Jan De Maesschalk over buitenlandse werkervaringen, het ontstaan van VIEF, maar in de eerste plaats over hun thuisstad. “Zottegem zal altijd onze thuis blijven.”

Hoe was het voor jou om op te groeien in Zottegem?

Jan: “Bijzonder want iedereen kende mij, omdat mijn vader schepen was en later burgemeester. Hij probeerde veel onder de mensen te komen en nam mij vaak mee. Zo heb ik in mijn jeugd veel vrienden gemaakt. Ik ging veel spelen hier in het park of aan de Bevegemse vijvers en in mijn tienerjaren ging ik naar de jeugdcafés. Ik heb daar mooie herinneringen aan.”

Zoals?

Jan: “Jeugdcafés zijn een ontmoetingsplaats voor jongeren. Ik heb daar nieuwe zaken leren kennen, zoals andere muziekgenres. Ik ben met veel vrienden naar fuiven geweest. Ik ben blij dat ik zo’n leuke jeugd had in Zottegem. Soms kom ik leeftijdsgenoten tegen in de wachtrij bij de bakker en vertellen we over vroeger.”

Wat heb je gestudeerd?

Jan: “Ik heb gestudeerd in Gent voor vastgoedmakelaar. Ik werkte een tijdje in de vastgoedsector, maar ik kwam er snel achter dat het niets



voor mij was. Ik ben echt blij met mijn werk als consul bij Buitenlandse Zaken.”

Hoe ben je dat geworden?

Jan: “Ik heb eerst gewerkt op het kabinet Buitenlandse Zaken van Karel De Gucht, waardoor ik al wat ervaring had met buitenlandse politiek. Toen Karel De Gucht Eurocommissaris werd, hoorde

ik dat er nieuwe consuls werden aangeworven. Ik heb mij kandidaat gesteld en examens afgelegd. Ik was geslaagd en ik mocht beginnen als consul in Jamaica.”

Wat zijn jouw taken als consul?

Jan: “Wij doen dienstverlening voor Belgen in het land waar wij actief zijn. Bij een natuurramp bijvoorbeeld organiseert de plaatselijke

consul de repatriëring van de Belgen. Daarnaast geven wij visums aan buitenlanders, vervullen wij de formaliteiten voor de burgerlijke stand en een stukje notariaat. Ik heb dat gedaan in Jamaica, Rusland en Zuid-Afrika.”

Had je heimwee naar Zottegem?

Jan: “Ik moet eerlijk bekennen van wel. Zottegem is altijd mijn thuis gebleven. Ik heb mij altijd een Zottegemnaar in het buitenland gevoeld. Als consul mag je ook maar maximum vier jaar lang in een land werken, zodat je geen nieuwe thuis kan opbouwen.”

“Het was moeilijk om mijn vrouw en kind achter te laten”

Na Jamaica moest je werken in Moskou. Hoe was dat?

Jan: “Dat was niet zo een makkelijke periode. Mijn zoontje was toen geboren in België. Het was moeilijk om mijn vrouw en kind achter te laten in Zottegem, maar ik moest snel opnieuw aan de slag in Rusland. Ik heb twee maanden heen en weer gevlogen om hen te kunnen zien. Daarna zijn ze meeverhuisd naar Moskou.”

Hoe was het voor jou om je zoon te zien vertrekken naar het buitenland?

Sabine: “Ik vond zijn vertrek naar Jamaica moeilijk, want dat was niet zo een veilig land. Ik en mijn man zagen toen nieuwsbeelden die ons schrik aanjoegen. Er waren gevechten tussen drugskartels in de

hoofdstad Kingston. We zagen dan beelden van mensen die op elkaar aan het schieten waren.”

Jan: “Ja dat klopt, want jij en papa hebben mij toen in alle paniek gebeld. Ik heb jullie moeten geruststellen, want die gevechten speelden zich af in het havengebied van Kingston, waar wij helemaal niet kwamen.”

Je woont opnieuw in Zottegem. Mis je werken in het buitenland?

Jan: “Ik mis het een beetje, maar ik heb nu een zoon van zes jaar. Al mijn aandacht gaat naar hem. Ik wil niet het soort vader zijn dat zijn zoon niet ziet opgroeien. Ik heb het geluk om mijn job als consul te kunnen uitoefenen in Brussel, maar ik hou wel nog contact met vrienden of oud-collega’s in Jamaica, Rusland en Zuid-Afrika. Daarnaast is wonen in Zottegem geen straf. Ik geniet nog elke dag van de natuur en de open ruimte.”

Hoe kijken jullie naar de toekomst?

Sabine: “Positief, ik ben blij dat mijn zoon nu met mijn kleinkind hier in Zottegem woont. Heel de familie woont dicht bij elkaar, waardoor we die leuke familiale sfeer hebben. Het is spijtig dat mijn man dat nu niet meer kan meemaken. Hij heeft heel hard gewerkt als burgemeester en advocaat. Nu was het moment om meer van het leven te genieten. Het was hem niet gegund, daarom proberen wij te genieten van elke minuut.”

Jan: “Dat klopt. Zo wil ik in de toekomst nog eens met mijn zoon naar Rock Zottegem gaan. Dat is zo lang geleden. Je ziet iedereen terug en je

kan leuke herinneringen ophalen. Ik kijk daar zo naar uit.”

Missen jullie het sociaal contact?

Jan: “Enorm. Ik mis het centrum van Zottegem met de leuke terrassen. Ik hou mijn hart vast voor de horeca. Zij zorgen voor de gezelligheid in de stad en als die zouden verdwijnen zou dat slecht zijn voor het sociaal contact. Je merkt ook aan de mensen op straat dat ze dat missen.”

Sabine: “Dat is waar. Vorig weekend deed ik mijn boodschappen op de markt in Zottegem en veel senioren klampten mij aan. Ze vroegen wanneer de volgende uitstap was van de seniorenbeweging VIEF. Het doet pijn om daar geen antwoord op te kunnen geven. Er is wel een perspectief want we gaan in de toekomst zeker nog uitstappen organiseren. Het is alleen koffiedik kijken wanneer en hoe we dat gaan doen.”

Hoe is de seniorenbeweging VIEF ontstaan?

Sabine: “Mijn man was schepen in Zottegem en wij organiseerden een daguitstap naar de bakkerij Lotus. Dat viel in de smaak, want onze twee bussen zaten vol. Op de terugweg zijn we gestopt aan een baancafé. Iedereen heeft zich geamuseerd, want er werd gedanst en gelachen. Daarna kregen we de vraag om een koffietafel te organiseren voor senioren in het café Lapaige bij Leona hier in Zottegem. Dat zat ook vol. Zo is de bal aan het rollen gegaan en waren we vertrokken met onze seniorenbeweging. Mede dankzij de ondersteuning van LM Oost-Vlaanderen.”



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

“We moeten meer uit ons kot komen om mensen te helpen”

José Vanderbruggen (74) uit Zottegem is vrijwilliger bij Hop-in, de vrijwilligersorganisatie van LM Oost-Vlaanderen. Hij was een van de eerste vrijwilligers voor Hop-in. “Ik probeer een luisterend oor te zijn voor de mensen die ik vervoer.”

Van bij de oprichting van Hop-in in 2017 is José Vanderbruggen al vrijwilliger. “Ik heb lang gewerkt als boekhouder voor een bedrijf in Brussel. Ik nam steeds de auto om mij te verplaatsen, waardoor ik veel rijervaring had. Ik ging met pensioen en ik was bang om in een zwart gat te vallen. Zo heb ik contact opgenomen met LM Oost-Vlaanderen. Zij hebben mij doorverwezen naar het toen pas gestarte Hop-in en zo ben ik vrijwilliger geworden.”

De eerste rit

José herinnert zich zijn eerste opdracht voor Hop-in nog goed. Hij moest iemand vervoeren die net uit het ziekenhuis kwam. “Die persoon was zwaar gekwetst door een auto-ongeluk en had iemand nodig om hem naar zijn werk te brengen. Ik weet nog dat ik zenuwachtig was. Bij het eerste contact probeerde ik het ijs te breken door te praten over allerlei onderwerpen. Dat doe ik nog steeds, zodat de mensen zich comfortabel voelen.”

Vertrouwen

“Ik vervoer soms mensen die radiotherapie nodig hebben tegen kanker. Soms moeten die 35 keer naar het ziekenhuis voor een bestraling. Na een tijdje krijg je

een band met hen en bouw je vertrouwen op. Ik probeer vooral te luisteren en de mensen moed in te spreken. Soms storten ze hun hart eens uit. Dat hoort bij het vrijwilligerswerk. Eens patiënten geen bestralingen meer nodig hebben, verwatert het contact. Dat vind ik jammer, want ik wil graag weten hoe het gaat met hen.”

Toekomst

José haalt veel voldoening uit het vrijwilligerswerk. “Ik doe het heel graag, want je krijgt veel erkenning voor je inzet. Af en toe krijg ik een cadeautje (lacht).” Als José een tijdje geen opdrachten heeft, komt de angst voor het zwarte gat terug. “Dat houdt mij nog altijd bezig. Ik wil echt niet in een zwart gat vallen. Je probeert jezelf op alle mogelijk manieren bezig te houden. Maar ik heb sociaal contact nodig.”

“Tot nu toe lukt alles nog. Ik ben onlangs 74 geworden. Ik denk dat ik het nog drie jaar ga doen, maar mijn gezondheid moet het toelaten. Alleen vind ik het verkeer druk. Jongere mensen hebben tegenwoordig weinig geduld en zijn heel erg opgejaagd in het verkeer. Ik begrijp dat ergens wel, want zij staan onder enorme druk, maar ik vind het niet aangenaam.”

Ten slotte wil José nog een goeie raad meegeven. “We moeten meer uit ons kot komen om mensen te helpen.”

Haal incontinentiemateriaal, krukken of een bloeddrukmeter gewoon uit de muur

LM Oost-Vlaanderen installeerde in Zottegem 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 van LM Oost-Vlaanderen 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, 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** in **Zottegem** bevindt zich aan het LM-kantoor, **Arthur Scheirisstraat 31** in Zottegem.



Communicatie

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

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

www.lmzorgshop.be



€ 169,15

GSM Doro Secure 580

Heeft vier sneltoetsen, assistentieknop, veiligheidstimer en GPS-plaatsbepaling.



Huren vanaf
€ 0,35/per dag

Personenalarmsysteem

Beveiliging voor personen met een verhoogd risico op vallen.

Herbruikbare ecoproducten



€ 8,46

Oorstokje

Gemaakt uit silicoon, waardoor het herbruikbaar, duurzaam en flexibel is. Verkrijgbaar in verschillende kleuren.



€ 8,46

Make-up wattenstokje

Vervaardigd uit ecologisch materiaal en herbruikbaar. Ideaal om duurzaam make-up te verwijderen.



€ 8,46

Make-up schijfjes

Deze bamboe herbruikbare make-up remover pads zijn ideaal voor elk type huid. Milieuvriendelijk en zacht.

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.

Hulpmiddelen



€ 33,15

Boekensteun
Biedt de mogelijkheid om handenvrij te lezen en past zich aan de oppervlakte aan.



€ 61,20

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



€ 25,41

Bedopmaker
Innovatieve oplossing voor het eenvoudig en snel vervangen van een dekbedovertrek.

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.



€ 102,00

Douchekruk
Heeft rubberen voeten voor veiligheid in de douche en past makkelijk in elke ruimte.

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.

Incontinentiemateriaal



vanaf € 11,13

Tena Active fit



vanaf € 10,57

Tena Silhouette



vanaf € 11,24

AMD Slip Super

Mondmaskers



€ 7,50

Mondmasker zwart

Herbruikbaar mondmasker met 10 filters. Ook verkrijgbaar in wit (€ 5,50). Filters 2 tot 3 maal wasbaar.



€ 7,50

Mondmasker gekleurd

Herbruikbaar mondmasker met 10 filters. Verschillende motieven verkrijgbaar. Filters 2 tot 3 maal wasbaar.



€ 6,80

Mondmasker kids

Stoffen beschermingsmasker met ruimte voor filter. Voor kinderen van 6 tot 12 jaar.

Mobiliteit



€ 109,65

Mobioshopper

Elegante boodschappentrolley met zitje. Praktisch en eenvoudig te gebruiken.



gratis huren

Krukken

In lengte verstelbaar. Ook verkrijgbaar als kinderkruk, okselkruk en XL kruk.



Huren vanaf
€ 0,25/per dag

Rolstoel

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

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.



Lisa en Vera staan voor je klaar in het LM-kantoor!



Arthur Scheirisstraat 31, 9620 Zottegem

09 360 15 80

zottegem@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!**