

## UW ZIEKENFONDS

### Herwaardering van **de THAB**

| Pag. 4

## GEZONDHEID

### Antibiotica opgelet gevaar!

| Pag. 13

## DOSSIER

## DE VERHOODGE TEGEMOETKOMING

# Hoe kunt u hiervan genieten? Wat zijn de voordelen?

# Diëtetiek en voeding



Tot **100€** /JAAR tussenkost\*

Bilan : 25 €/jaar  
raadplegingen : 75 €/jaar

## IN DIT NUMMER

## Van uw MutualiaMag

## UW ZIEKENFONDS

- 04 | Herwaardering van de THAB
- 04 | Onze workshops babymassage
- 05 | Gids voor de toekomstige ouders
- 06 | Les P'tites fées Bleues

## DOSSIER

- 07 | De verhoogde tegemoetkoming

## GEZONDHEID

- 10 | Toegang tot ambulante geestelijke gezondheidszorg
- 13 | Antibiotica, opgelet, gevaar !
- 14 | Combien ça coûte, Docteur ?
- 16 | De preventiemedewerkers gezondheid

## PARTNERS

- 18 | 10 redenen om aan te sluiten bij het SDZ



## Mevrouw, Mijnheer, beste lezer,

Bij de start van dit nieuwe schooljaar zijn we verheugd u hier te kunnen begroeten via ons magazine.

Onze contactpunten zijn terug als van oudsher open en u kunt weer van al onze diensten gebruikmaken, zoals de workshops babymassage of onze dienst van juridisch advies. Gewoontegetroouwen voeren wij u mee op reis, ditmaal met een mooi aanbod skivakanties. In dit nummer zetten wij vier voorlichtingscampagnes in de kijker, met name omtrent de verhoogde tegemoetkoming, de toegang tot ambulante diensten van geestelijke gezondheidszorg, het gebruik van antibiotica, en de maatregelen die zijn genomen om de transparantie te verhogen omtrent de kost van gezondheidszorg. Daarnaast gaan we dieper in op de rol van de preventiemedewerker: een nieuwe functie binnen het ziekenfonds.

Een volgend nummer zal helemaal in het teken staan van de ondersteuning bij en de preventie van kanker. Neem alvast uw agenda en noteer de voorlichtingsconferentie die we rond dit thema organiseren op vrijdag 25 oktober in het Van de Valk Hotel in Verviers.

Alvast veel leesplezier toegewenst!

## MutualiaMag

Kwartaalblad

## REDACTIE

C. GREGOIRE  
M. HERBER

## UITVOER EN OPMAAK

M. HERBER

## DRUK

Excelle Print

## WEBSITE

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

**Catherine Dauby,**  
Algemeen Directrice

## UW ZIEKENFONDS

# Herwaardering van de THAB

Op 1 juni 2024 verhoogde de Waalse regering de inkomensgrenzen waarmee rekening wordt gehouden met het oog op de berekening van de THAB. Meer personen kunnen aldus aanspraak maken op deze tegemoetkoming, of de huidige rechthebbenden kunnen een herziening verkrijgen van hun tegemoetkoming. De wijzigingen betreffen verschillende categorieën van gezinnen:

Gezinscategorie	Bedrag (index mei 2024)	Bedrag (index juni 2024)
Categorie A*	€ 16.987,16	€ 17.165,95
Categorie B*	€ 16.987,16	€ 17.165,95
Categorie C*	€ 21.226,91	€ 25.488,83

\*A : woont samen met verwant, huurder die niet behoort tot de categorie B, noch C.

\*B : alleenstaande of resident in een woonzorgcentrum

\*C : gezin

Het betreft hier alleen de personen van wie de aanvraag eerder werd geweigerd op grond van een te hoog inkomen (nieuwe aanvraag in te dienen) en de huidige rechthebbenden die geen volledige THAB genieten (administratieve herziening). Dit alles heeft dus geen betrekking op u als u voor uw categorie van handicap al een volledige THAB (bedrag geïndexeerd op 1 mei 2024) geniet.

<b>Catégorie 1</b>	105,82 €	<b>Catégorie 4</b>	578,27€
<b>Catégorie 2</b>	403,93 €	<b>Catégorie 5</b>	710,32€
<b>Catégorie 3</b>	491,11€		

De verhoging gebeurt niet automatisch: als u meent er aanspraak op te kunnen maken moet u zelf een aanvraag indienen. Hou daarbij voor ogen dat een herberekening van uw tegemoetkoming kan leiden tot een vermindering of zelfs tot het verlies van de tegemoetkoming. Neem daarom contact op met de Sociale Dienst van uw ziekenfonds vooraleer officieel stappen te ondernemen. U kunt ook een raming uitvoeren middels de berekeningssimulator van het AVIQ of de FAQ's, de vaak voorkomende vragen, raadplegen: beide voorhanden op de website van het AVIQ.

Wenst u een aanvraag in te dienen of meer informatie te krijgen, dan kunt u terecht bij de Sociale Dienst van Mutualia op 087/30.80.88 of via [social@mutualia.be](mailto:social@mutualia.be)

## VOORDELEN

## Onze workshops babymassage

Versterk je band met je baby door deel te nemen aan onze workshops 'babymassage'. Tijdens deze workshops zal onze fysiotherapeut u verschillende technieken voorstellen door middel van therapeutische sessies en Bachbloesemmassage. Geniet samen met je baby van deze bijzondere momenten!

**De eerstkomende workshop in Verviers vindt plaats op:** de dinsdagen 22 en 29/10, 5, 12 en 19/11. **Prijs van de workshop (voor 5 sessies):** 10 € voor leden, 50 € voor niet-leden. Informatie opvragen of inschrijven voor een workshop in Brussel kan via een e-mail aan [info@mutualia.be](mailto:info@mutualia.be).



## CONFERENTIE betreffende kanker

**Mutualia organiseert een conferentie over kanker op vrijdag 25 oktober in het Van der Valk Hotel Verviers.**

Gezondheidsdeskundigen laten er hun licht schijnen over de ziekte, het belang van preventie en screening, bestaande ondersteuning en begeleiding, ... U bent van nabij betrokken bij de ziekte, of u wilt zich gewoon graag goed informeren? Schrijf u alvast in vóór 17 oktober, via [conference@mutualia.be](mailto:conference@mutualia.be). De voorlichtingsconferentie is gratis !

Plaats: Van der Valk Hotel, rue de la Station 4 te Verviers | Van 14.00 tot 19.00 uur zijn er diverse stands | Conferentie en debat van 16.00 tot 19.00 uur.



BROCHURE

# Gids toekomstige ouders

Of je nu ongeduldig wacht op zijn komst of dat hij al deel uitmaakt van je leven, het krijgen van een kind is een grote mijlpaal. Mutualia wilde je graag vergezellen op dit prachtige avontuur!

Een kind krijgen is een bijzondere gebeurtenis, die veel vragen oproept, emoties opwekt en veranderingen teweegbrengt in het leven van een koppel: de keuze van de voornaam, het aankondigen van het heuglijke nieuws aan familie en naasten, het klaarmaken van de babykamer, de geboortelijst samenstellen, het voorzien van de nodige babyverzorgingsartikelen, de doktersbezoeken, de gevolgen op het beroepsleven en het sociale leven,... Mutualia heeft alle voordelen en diensten gebundeld in deze praktische gids: van de geboortepremie tot een workshop babymassage. U krijgt er tevens inzicht in de administratieve stappen die u moet ondernemen ten aanzien van uw werkgever of andere instellingen als het ziekenfonds. Een heuse schat aan informatie om baby, jonge ouders en toekomstige ouders zo vlot mogelijk te begeleiden bij alle stappen in het jonge gezinsleven.

Mutualia en zijn partners wensen u een mooie en onbezorgde zwangerschap toe. **U krijgt de gids voor toekomstige ouders op eenvoudig verzoek in uw agentschap.**

## VOORDELEN

# Nood aan juridisch advies?

Nood aan juridisch advies en aangesloten bij Mutualia? Uw aansluiting geeft gratis toegang tot de juridische raadpleging die twee maal per maand wordt gegeven door onze adviserend advocaat. U kunt er terecht met al uw problemen omtrent gezondheid en fysiek, psychisch en sociaal welbevinden. Bij onze adviserend advocaat bent u verzekerd van een luisterend oor, juridisch advies en vertrouwelijkheid!

### MEER INFORMATIE ?

Mutualia, Mutualité Neutre  
Place Verte 41 à Verviers  
Tel. 087/31 34 45  
[info@mutualia.be](mailto:info@mutualia.be)

of  
Brand Whitlocklaan 87-93 bus 4, 1200  
Brussel  
02/733 97 40



## MyMutualia uw online loket

Raadpleeg uw terugbetalingen, de betaling van uw uitkeringen, bekijk uw kwijtschriften of wijzig uw contactgegevens,...

## PARTNERS

## DIENSTENCHEQUES

# Les P'tites Féés Bleues

Laat de feetjes uw dagelijks leven makkelijker maken!

## Dienstencheques

De groep Les P'tites Féés Bleues, sedert 18 jaar bedrijvig, stelt huishoudelijke hulp tot uw beschikking via het systeem van dienstencheques, evenals thuishulp en thuiszorg.

De dienstencheques geven een belastingvoordeel in de vorm van een vermindering die verschilt naar gelang het gewest waar u woont.

De groep Les P'tites Féés Bleues is bedrijvig in Waals-Brabant, Henegouwen, Namen, Brussel en in de rand van Brussel en stelt meer dan 1500 huishoudhulpen te werk!

De feetjes zorgen voor de schoonmaak van het huis, de was en de strijk. Zij doen voor u plaatselijk boodschappen, bereiden de maaltijden en doen kleine naaiklussen.

Bij de P'tites Féés Bleues kunt u eveneens uw wasgoed afzetten in één van de 16 strijkateliers (Sint-Pieters-Woluwe, Jette, Elsene, Overijse, Wemmel, Court-Saint-Etienne, Geldenaken, Lasne, Chaumont-Gistoux, Sart-Saint-Laurent, Mettet, Germinnes, La Louvière, Fontaine-l'Éveque, Gilly, Enghien).

## THUISZORG EN thuishulp

Om een zo omvattend mogelijk dienstenpakket te kunnen aanbieden hebben Les P'tites Féés Bleues de P'tites Féés Bleues – Thuiszorg en thuishulp opgestart waarmee u de klok rond en 7 dagen op 7 thuis hulp en zorg kunt genieten.

Wij bieden hulp aan bejaarden, zieken of mensen met een handicap om een zo comfortabel mogelijk leven in de eigen woning te kunnen leiden.

Wij coördineren voor hen de verschillende diensten aan huis (dienstencheques, kinesitherapie, verpleegkundige, kappersdiensten, ...).

Voor een optimale dienstverlening verblijft de thuishulp bij de klant thuis.

Elke klant is uniek. Les P'tites Féés Bleues – Thuiszorg en Thuishulp worden uitgezocht in functie van de specifieke noden en behoeften van de klant.

## UW VOORDEL dankzij mutualia

Als lid van Mutualia ontvangt u als welkomstgeschenk een cadeautas vol leuke verrassingen wanneer u gebruikmaakt van Les P'tites Féés Bleues – Thuiszorg en Thuishulp!



### Meer info ?

Raadpleeg

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



DOSSIER

# De verhoogde tegemoetkoming

U wil alles weten over de verhoogde tegemoetkoming? Wat zijn de voorwaarden om in aanmerking te komen, wat zijn de voordelen? Mutualia maakt u wegwijs!

# De verhoogde tegemoetkoming

Wat is de verhoogde tegemoetkoming? Wat zijn de voordelen? Hoe kunt u ervan genieten? U vindt alle informatie in ons dossier!

## DE RVV

### Wat is dat?

De verhoogde tegemoetkoming geeft recht op een hogere terugbetaling van uw gebruikelijke geneesmiddelen en gezondheidszorg, zoals raadplegingen bij de arts, doktersbezoeken of verpleegkundige verstrekkingen. Over het algemeen vergoedt de verzekering voor geneeskundige verzorging 75% van de door u betaalde medische kosten. Wie van de verhoogde tegemoetkoming geniet, krijgt evenwel tot 90% (behoudens uitzonderingen) van het bedrag terug, naargelang de verstrekking.

## HET WIGW-STATUUT

### Wat is dat?

In de media hanteert men sinds vele jaren de term WIGW, wat de begrijpelijkheid niet altijd ten goede komt. Aanvankelijk genoten enkel de zogenaamde WIGW's de voorkeurregeling. De afkorting komt van weduwe/weduwnaar, invalide, gepensioneerden en wees.

Gaandeweg werd de voorkeurregeling uitgebreid naar andere categorieën van rechthebbenden. We spreken sindsdien dan ook eerder over de Rechthebbenden van de Verhoogde Verzekeringstegemoetkoming, de «RVV».

## WIE KAN ERVAN PROFITEREN?

De toekenningsprocedure en de voorwaarden van toekenning van de verhoogde tegemoetkoming verschillen naargelang de situatie. Bij bepaalde categorieën verzekerden wordt de verhoogde tegemoetkoming automatisch toegepast en hoeft het lid dus zelf geen stappen te ondernemen. Dat is het geval voor wie geniet van één van de volgende uitkeringen:

- een leefloon van het OCMW gedurende minstens 3 volledige maanden ononderbroken, een financiële tussenkomst door het OCMW gelijkgesteld aan het leefloon sinds minstens 3 volledige maanden ononderbroken;
- de inkomensgarantie voor ouderen (IGO);
- een tegemoetkoming voor mensen met een handicap (het gaat hier om een inkomensvervangende tegemoetkoming, een integratietegemoetkoming, verlengde kinderbijslag na de leeftijd van 25 jaar, een zorgbudget voor ouderen met een zorgnood toegekend door het Brusselse gewest, de Vlaamse Gemeenschap of het Waalse Gewest);
- een toeslag voor een kind met een fysieke of mentale handicap met een erkenning van minstens minstens 66%;
- de inschrijving van niet-begeleide minderjarige vreemdelingen (NBMV's);
- kinderen die bij het ziekenfonds zijn ingeschreven als gerechten in het statuut 'wees'.



## RVV OP BASIS VAN INKOMEN

### Wat is dat?

Bij wie niet één van deze uitkeringen geniet, wordt er voor de al dan niet toekenning van de voorkeurregeling gekeken naar het inkomensonderzoek van het RVV-gezin\*1, op basis van een verklaring op erewoord. In dat geval heeft men het over een RVV op basis van bescheiden inkomsten.

#### DE RVV MET INDICATIE

Met name de gepensioneerden met rustpensioen, de rechthebbenden op een overlevingspensioen, de ambtenaren Openbare Dienst in disponibiliteit sinds minstens 3 maanden, de invaliden, de gehandicapte titularissen zonder financiële tegemoetkoming, de militairen in tijdelijke ambtsontheffing omwille van gezondheidsproblemen sinds minstens 3 maanden, de personen in arbeidsongeschiktheid en/of gecontroleerde werklozen sinds 3 opeenvolgende maanden, de gerechtigden die instaan voor een eenoudergezin, de zelfstandigen met overbruggingsrecht, de personen geïdentificeerd in het kader van de proactieve flux (lijst van de mogelijke rechthebbenden op de verhoogde tegemoetkoming die overgemaakt wordt door het RIZIV), de personen die genieten van een tegemoetkoming voor zorg aan ouderen toegekend door de Duitstalige Gemeenschap (de zogenaamde BUB in het Duits). Bij al deze categorieën moet er een inkomensonderzoek gebeuren naar het bruto belastbaar gezinsinkomen van de maand die voorafgaat aan de aanvraag. Het grensbedrag van het bruto belastbaar gezinsinkomen is sinds 01/05/2024 vastgesteld op 27.550,86 EUR, verhoogd met 5.100,42 EUR per extra persoon in het RVV-gezin\*1.

#### DE RVV ZONDER INDICATIE

Namelijk alle verzekerden die bescheiden inkomsten hebben en voor dewelke er geen enkele indicatie voorhanden is op het moment van de aanvraag. Er wordt bij deze categorie uitgegaan van het bruto belastbaar gezinsinkomen van het kalenderjaar dat voorafgaat aan de aanvraag. Het jaarlijks grensbedrag voor de aanvragen van 2024 is vastgesteld op 25.630,67 EUR, verhoogd met 4744,94 EUR per extra persoon in het RVV-gezin\*1.

\*Het RVV-gezin is samengesteld uit de aanvrager, haar/zijn echtgeno(o)t(e) of wettelijke samenwonende of levenspartner en de eventuele personen ten laste

#### VOORDEEL

### De verhoogde tegemoetkoming

Naast de voordeligere terugbetaling van medische kosten biedt de verhoogde tussenkomst bijkomende voordelen in het kader van de gezondheidszorg- en schadeverzekering (ASSI). Dit omvat in het bijzonder de sociale derdenbetaling die verhindert dat polishouders de tussenkomst in verband met gezondheidszorg moeten voorschieten, evenals de toekenning van M&F Social, voor automatische terugbetaling van gebruiksvergoedingen boven een plafond van 516,92 EUR.

## Mutualia is er om u te begeleiden

Mutualia hanteert een proactieve aanpak die steunt op een zorgvuldige analyse van een aantal indicaties inzake inkomensstabiliteit en neemt zelf het initiatief om contact op te nemen met leden die mogelijk in aanmerking komen voor de voorkeurregeling. Met deze aanpak wil Mutualia al wie recht heeft op de verhoogde tegemoetkoming er ook daadwerkelijk van laten genieten.

### Einde van het recht op verhoogde tegemoetkoming?

U komt niet langer in aanmerking voor de verhoogde tegemoetkoming als niet meer wordt voldaan aan de voorwaarden, door met name:

- een wijziging in de gezinssituatie;
- hogere inkomsten;
- het wegvallen van een indicatie op basis van dewelke het recht was geopend tijdens het eerste jaar volgend op de opening van het recht.
- het verlies van een voordeel dat het recht

Hoe dan ook zal uw ziekenfonds u schriftelijk op de hoogte brengen van de gewijzigde situatie en u begeleiden in de stappen die u moet ondernemen.



GEZONDHEID

# Ambulante geestelijke gezondheidszorg

Volgens schattingen zou minstens één op vier Belgen op een bepaald moment in het leven kampen met geestelijke problemen. Het is voor hen niet altijd eenvoudig om tijdig en vlot de weg te vinden naar gepaste zorg. Een toegankelijk aanbod van geestelijke gezondheidszorg is dan ook cruciaal. Waar en hoe vindt u dat?



## Psychische aandoeningen, laten we erover praten!

Als dit voor u van toepassing is, bestaat de eerste stap erin over uw problemen te spreken met iemand uit uw omgeving. Dat is geen makkelijke stap, maar toch heel belangrijk om te doen. Uw huisarts, familie, vrienden, of vertrouwenspersonen op school, bij verenigingen of op het werk kunnen meer voor u betekenen dan u misschien zelf denkt.

Soms volstaat het eigen netwerk niet. Dan kunt u een professionele zorgverlener inschakelen. Dat kan om verschillende redenen complex blijken: een te hoge financiële drempel, een moeilijke geografische bereikbaarheid of een te beperkte toegang tot gespecialiseerde zorg aangepast aan uw vraag.

Om het zorgaanbod voor ieder die er nood aan heeft zo laagdrempelig mogelijk te maken, hebben de overheid en de netwerken van geestelijke gezondheidszorg de laatste jaren hun krachten gebundeld en verschillende overeenkomsten uitgewerkt.

Dankzij dit aanbod kan iedereen die te maken krijgt met lichte tot matige psychologische problemen een reeks individuele sessies of groepsessies volgen tegen een zachte prijs.

## Een aanbod van toegankelijke zorg

De maatregel betreft een aanbod van verschillende «functies» voor een zorg op maat van de behoeften: de functie gemeenschapsgerichte interventies, de eerstelijns psychologische ondersteuningsfunctie en de eerstelijns psychologische behandelfunctie voor lichte tot matige problematiek.

**Meer info ?**

Raadpleeg

[www.inami.fgov.be](http://www.inami.fgov.be)



## De functie 'gemeenschapsgerichte interventies'

Dit is een vorm van plaatsgebonden werken met interventies gericht op groepen in de gemeenschap. Deze gemeenschapsinterventies worden georganiseerd in groepen, op basis van geïdentificeerde lokale behoeften. De interventies zijn gericht op zelfzorg, weerbaarheid en psycho-educatie

## De 'eerstelijns psychologische ondersteuningsfunctie'

Deze functie richt zich op vraagverheldering, bevordering van de psychische gezondheid door weerbaarheidsondersteuning, psycho-educatieve interventies ter preventie en/of (vroeg)signalering van (vermoedens van ) psychische problemen nog in een beginnend stadium. Dankzij een reeks kortdurende, generalistische interventies van lichte tot matige intensiteit worden klachten en verergering daarvan voorkomen en wordt de weerbaarheid van het individu en/of zijn omgeving versterkt. Deze sessies kunnen zowel individueel als in groep plaatsvinden.

## DE LIJST van het netwerk

U kunt de lijst met geconventioneerde psychologen en orthopedagogen raadplegen op de website van het netwerk geestelijke gezondheidszorg van uw regio.

Het RIZIV heeft hiertoe speciaal een zoekmotor ontwikkeld. Na het intikken van de eigen postcode en leeftijd komt u meteen terecht op het platform van het netwerk voor geestelijke gezondheid in uw buurt: <https://webapp-sa.riziv-inami.fgov.be/silverpages/Psychologist/>

U kunt uiteraard ook rekenen op uw ziekenfonds in het zoeken naar gepaste hulp.

Het aanbod van deze overeenkomst is een aanvulling op bestaande initiatieven met zorgverleners en diensten die psychologische raadplegingen bieden, zoals centra voor gezinsplanning, diensten voor geestelijke gezondheidszorg...

Daarnaast is er het reguliere aanbod van psychologen die werken volgens hun eigen tarieven. De meeste ziekenfondsen voorzien daarvoor een tegemoetkoming via hun aanvullende verzekering. Het terugbetaalde bedrag verschilt van ziekenfonds tot ziekenfonds.

Via de onderstaande link wordt u doorverwezen naar een website met meer informatie over de eerstelijns psychologische zorg: <https://www.riziv.fgov.be/nl/thema-s/verzorging-kosten-en-terugbetaling/wat-het-ziekenfonds-terugbetaalt/geestelijke-gezondheidszorg/eerstelijns-psychologische-zorg-in-een-netwerk-voor-geestelijke-gezondheid>



## De 'psychologische behandel-functie' voor lichte tot matige problemen

Deze behandeling richt zich op het verhelderen van de vraag, als daar nog niet aan is voldaan, met het oog op het bieden van kortdurende behandeling aan de begunstigen, en stelt klinische doelen die verder gaan dan het verhogen van de veerkracht zoals beschreven in de vorige twee punten. Deze sessies kunnen zowel individueel als in groep plaatsvinden.

Een sessie bij een klinisch psycholoog of orthopedagoog die aangesloten is bij een netwerk wordt terugbetaald door het RIZIV. Voor bepaalde categorieën geldt een beperking inzake het aantal mogelijke sessies.

## Toegankelijke zorg voor ieder!

Iedereen kan op een bepaald moment in het leven te maken krijgen met psychologische kwetsbaarheid, ongeacht de leeftijd. Om beter in te spelen op de specifieke noden van ieder individu worden de netwerken voor geestelijke gezondheid georganiseerd op basis van de soorten zorg en van de twee leeftijdscategorieën. Er kan worden teruggevallen op het netwerk «kinderen en adolescenten» tot en met de leeftijd van 23 jaar; het netwerk «volwassenen» vanaf 15 jaar.

Bovendien overlappen deze twee leeftijdscategorieën om ervoor te zorgen dat het aanbod nog beter aangepast is aan de jongeren van 15 tot 23 jaar. Zij kunnen het netwerk kiezen dat het best overeenstemt met hun behoeften in de overgangperiode waarin de geestelijke gezondheidsproblemen kunnen ontstaan. De voorwaarden kunnen wel niet worden gecumuleerd.

### UW VOORDEEL met Mutualia

Geniet dankzij Mutualia van een tussenkomst van € 20 per zitting, tot een maximum van 6 zittingen per jaar.

## BETAAL SLECHTS uw deelname in de kosten

Het grootste deel van de prijs wordt rechtstreeks betaald via de derdebetalersregeling (U betaalt dus alleen uw persoonlijk aandeel of het remgeld).

Sinds 1 februari 2024 is er geen remgeld meer voor jongeren tot en met 23 jaar. De volledige kostprijs van de sessies wordt gedekt door de verplichte ziekteverzekering.

### VANAF DE LEEFTIJD VAN 24 JAAR BETAALT U:

Voor een individuele sessie: € 11, of € 4 als u recht hebt op een verhoogde tegemoetkoming (RVT); de allereerste individuele sessie is hoe dan ook gratis.

Voor een groepsessie : € 2,5, met uitzondering van de gemeenschapsgerichte interventies die gratis zijn.

Het aantal gemeenschapsgerichte interventies en groepsessies waarop u recht hebt, is onbeperkt. Het aantal individuele sessies is wel beperkt, en wordt bepaald in functie van uw behoeften.

## GEZONDHEID

# Antibiotica, opgelet gevaar!

Het gebruik van antibiotica bevordert de resistentie tegen bacteriën. Het blijven evenwel zeer nuttige geneesmiddelen. Om hun werkzaamheid te behouden, moeten ze correct en alleen wanneer nodig worden ingezet.

Antibiotica zijn alleen effectief tegen bacteriën. Ze zorgen ervoor dat bacteriën zich niet verder ontwikkelen. Antibiotica werken niet bij griep, acute bronchitis, verkoudheid, COVID-19 of respiratoir syncytieel virus (RSV). Uw koorts gaat niet dalen door het gebruik van antibiotica. Ook bij bacteriën zijn antibiotica niet altijd nodig. Bacteriële infecties genezen vaak spontaan na enkele dagen. Ons lichaam schakelt de indringers dan uit met ons eigen afweersysteem. Neem daarom ENKEL antibiotica als uw arts dat nodig vindt.

## Hoe antibiotica innemen?

Als uw arts antibiotica voorschrijft, is het belangrijk dat u de voorgeschreven behandeling nauwkeurig volgt. Sla nooit een inname over en gebruik de voorgeschreven hoeveelheden. Stop niet vroeger dan voorgeschreven en maak de kuur volledig af, ook als u zich na een paar dagen beter voelt. Dat is nodig omdat de bacteriën slechts geleidelijk aan worden vernietigd. Enkel door de kuur uit te nemen, worden alle bacteriën vernietigd. Bewaar geen restjes antibiotica aan het eind van de behandeling voor een volgende keer. Breng ze naar uw apotheker. Door het niet correct gebruik van antibiotica (te vaak en nutteloos innemen van antibiotica, vroegtij-



dig stoppen van de behandeling, niet naleven van dosissen en tijdstippen) neemt het aandeel toe van bacteriën die resistent zijn. Het is dus belangrijk de antibiotica met de nodige zorgvuldigheid te gebruiken. Zo blijven ze werkzaam wanneer ze nodig zijn, zoals bij bacteriële infecties. Word een "Antibiotic Guardian" en help mee in de strijd tegen de antibioticaresistentie. U kunt zich hiervoor aanmelden op de website [www.antibioticguardian.com/dutch](http://www.antibioticguardian.com/dutch)

## Een goede hygiëne is de beste preventie

Antibiotica slikken helpt niet preventief. Handen wassen en een goede hygiëne bij het hoesten is nog steeds de beste preventie (het helpt het verspreiden van bacteriën te vermijden). Was de handen vóór elke maaltijd en na elk toiletbezoek. Let erop dat ook uw kinderen dit doen.



### Meer info ?

Raadpleeg

[www.usagecorrectantibiotiques.be/nl](http://www.usagecorrectantibiotiques.be/nl)

# Hoeveel kost het, Dokter?

Lees meer over nieuwe maatregelen die worden genomen om de transparantie van de zorgkosten te vergroten.

Bepaalde zorgverleners zijn verplicht de kostprijs van hun verstrekkingen uit te hangen. Zo heb je een duidelijk beeld van wat de behandeling zal kosten. Zo kun je voor je zorgen toestemming geven of weigeren op basis van de kostprijs.

## De betrokken zorgverstrekkers

Sinds 1 maart zijn deze zorgverleners verplicht hun prijzen uit te hangen: tandartsen (algemeen tandartsen, orthodontisten en parodontologen), verpleegkundigen, kinesitherapeuten, logopedisten, opticiens, orthopedisten, apothekers, verloskundigen, audiciens en bandagisten.

## De weergave van informatie

Deze duidelijke, leesbare en begrijpelijke informatie moet zeker te zien zijn in het kabinet van de zorgverlener, bijvoorbeeld in de wachtzaal; op papier of digitaal.



## DE MEE TE DELEN informatie

- Algemene info zoals het identificatienummer, de discipline, ... ;
- Het conventioneringsstatuut;
- Een omschrijving van de meest toegediende zorg en de nomenclatuurcodes;
- Het totaalbedrag van de behandeling met het bedrag dat de wettelijke ziekteverzekering terugbetaalt, het bedrag dat je als patiënt betaalt ('remgeld'), en het maximumbedrag dat als supplement aangerekend mag worden als de zorgverlener niet geconventioneerd is.
- Als de zorg in een medisch huis wordt verleend, moeten ook de kosten van de verleende zorg als onderdeel van het forfaitaire bedrag worden aangegeven.



Deze informatie kan ook online beschikbaar zijn, als de zorgverlener een website heeft. Dit ontslaat hem echter geenszins van het weergeven van de informatie in zijn zorgruimte. Als hij zijn patiënten op verschillende locaties ontvangt, is hij ook verplicht om deze informatie met betrekking tot de zorgkosten op elk van deze locaties weer te geven.

## De zorgverstrekker **deelt** deze informatie **niet**

De niet, wel of gedeeltelijk geconventioneerde zorgverlener die de kostprijs van de verstrekking niet afficheert, mag geen supplement aanrekenen aan de patiënt.

## De geschatte kosten

Aan welke zorgverlener kan ik een raming van de kosten vragen? Bandagisten, orthopedisten, chirurgen en leveranciers van implantaten moeten een raming van de kosten opstellen. Voor bandagisten, orthopedisten, audiciens en opticiens zal de patiënt

de raming van de kosten moeten ondertekenen om te bevestigen dat hij geïnformeerd is over het bedrag dat hij moet betalen na de tegemoetkoming door het ziekenfonds.

Het totaal te betalen bedrag, de lijst van terugbetaalbare en niet-terugbetaalbare verstrekkingen (met een duidelijke uitsplitsing van de bedragen die door het ziekenfonds worden gedekt en de bedragen die ten laste van de patiënt komen).

## Een geconventioneerde zorgverstrekker

Hoe weet ik of een zorgverlener geconventioneerd is? Door de website van het RIZIV te consulteren: Een zorgverlener zoeken | RIZIV (fgov.be).

De opzoeking gebeurt op naam, gemeente of beroep.

### UW ZIEKENFONDS

## Het tarief is verkeerd weergegeven

**Kan ik een beroep doen op Mutualia als het tarief verkeerd is of helemaal niet weergegeven wordt?** Als je vragen of problemen hebt met een zorgverlener betreffende informatie over tarieven, dan kun je contact opnemen met ons via mail op het adres [info@mutualia.be](mailto:info@mutualia.be). Wij zullen vervolgens zo snel mogelijk contact met je opnemen.



### Meer info ?

Raadpleeg

[www.mutualia.be](http://www.mutualia.be) | [info@mutualia.be](mailto:info@mutualia.be)

## GEZONDHEID

# De preventie-medewerker gezondheid

Naar aanleiding van de Covid-19 pandemie heeft de Waalse regering in 2021 beslist om het AViQ bij te staan in zijn rol van toezicht op en de beheersing en het beheer van infectieziekten. In het kader van een project van Preventie en Gezondheidsbevordering van het AViQ is er een nieuwe functie in het leven geroepen - met name de preventiemedewerker - bij de Waalse Regionale Maatschappijen van Onderlinge Bijstand (RMOB's), beter bekend als de ziekenfondsen.

## Een functie met veel opdrachten

Buiten uitzonderlijke omstandigheden (een acute epidemie) bestaat de rol van de preventiemedewerker erin zich in te zetten ter bevordering van de gezondheid bij een vooraf bepaalde doelgroep van risicoleeden. Er wordt proactief contact opgenomen met bepaalde leden van de ziekenfondsen (via een telefonische oproep, een huisbezoek, ...), die vervolgens, indien nodig, worden doorverwezen naar andere diensten of bevoegde instellingen. De preventiemedewerkers werken verspreid over de verschillende ziekenfondsen, over het volledige Waalse grondgebied, en dit om:

### 1. IDENTIFICEREN EN ONDERSTEUNEN GEZONDHEIDSBEHOEFTE VAN BURGERS

De individuele behoeften begrijpen, daarbij rekening houdende met de gezinstoestand (eenoudergezin, alleenstaande, ...), zorgtrajecten, enz. De doelgroep wordt vervolgens geïnformeerd en/of doorverwezen naar diensten die kunnen ingaan op de vastgestelde zorgbehoeften.

De onderwerpen waarvoor een tussenkomst geldt, alsook het doelpubliek, worden bepaald in overleg met het AViQ en het kabinet van de Minister van Sociale Aangelegenheden en Gezondheid, op basis van de prioriteiten die zijn vastgesteld in het Waalse Plan voor Gezondheidsbevordering en Preventie (Plan WAPPS): de preventie van risico's verbonden aan grote hitte, de toegang tot sociale rechten, de preventie van chronische ziekten, enz. Results of the European health literacy survey (HLS-EU). Eur J Public Health. 2015;25(6):1053-8.



### 2. DE GEZONDHEIDSVAAARDIGHEDEN AANSCHERPEN

De individuele vaardigheden aanscherpen zodat men zich inzet en zich informeert over de eigen gezondheid.

### 3. DE STRUCTURELE OBSTAKELS IDENTIFICEREN EN MELDEN

De problemen aanduiden waarmee de doelgroep moet afrekenen, denk daarbij onder meer aan de toegankelijkheid tot een woon- of arbeidsplek, de voorwaarden van tenlasteneming, de nodige opvolging, enz.



## WAAR GEBEURD De preventieadviseur

Een jonge moeder van buitenlandse origine, een dertiger, woont met haar drie adolescente kinderen in de provincie Luxemburg. Ze is niet oorspronkelijk afkomstig uit de regio, en het sociale isolement bemoeilijkt in behoorlijk wat opzichten haar dagelijkse leven.

Bij de eerste contactopname in juni 2023 haalt de moeder verschillende problemen aan waar ze tegelijk mee moet afrekenen: de drie kinderen van 15, 17 en 18 jaar oud zitten volop in de eindejaarsexamens en zelf zit ze eveneens in examenperiode in het kader van haar opleiding kinderopvang. Net in die periode raakt de familiewagen defect, wordt haar beroepsstage geannuleerd omdat de dienst waar ze stage zou lopen de deuren sluit, en wordt haar woning onbewoonbaar verklaard vanwege vochtproblemen. Een deel van het meubilair blijkt hierdoor onherstelbaar beschadigd en ze beschikt over bar weinig middelen om nieuw meubilair aan te schaffen. Een verhuizing dringt zich op. De moeder was eveneens op zoek naar tandzorg bij een tandarts die nieuwe patiënten aanneemt, een behoorlijke uitdaging in de provincie Luxemburg die kampt met een nijpend tekort aan tandzorgprofessionals.

**“ De vrouw staat mentaal zwaar onder druk, en de preventiemedewerker stelt vast dat er duidelijk nood is aan een gesprek.”**

De preventiemedewerker adviseert haar aan te kloppen bij Réseau Partenaires 107, een project dat is opgezet in het kader van de hervorming van de geestelijke gezondheidszorg. De medewerker adviseert daarnaast eveneens psychosociale hulp in te roepen bij een Centre de Planning Familial, een centrum voor welzijnswerk, en bij de Sociale Dienst van het ziekenfonds om inzicht te krijgen in algemeen ondersteunende maatregelen waar zij en de kinderen voor in aanmerking komen.

Tijdens een opvolgesprek in augustus verneemt de preventiemedewerker dat de moeder een tandarts heeft kunnen vinden via een lijst die haar was overgemaakt. Er is een tandafspraak ingepland tegen het einde van het jaar.

Tijdens het gesprek worden de voordelen als aangeslotene overlopen (de voordelen van het RVT-statuut, gratis zorg voor de kinderen, ...), en de patiëntenrechten. De medewerker benadrukt het belang van jaarlijkse controlebezoeken bij zorgprofessionals als de tandarts, de gynaecoloog, ...

Dankzij de bemiddeling via de Sociale Dienst is er een nieuwe woning gevonden en zijn de noodzakelijke administratieve formaliteiten geregeld. De vrouw heeft bovendien ook hulp gekregen bij het vinden van een andere auto. Met een duwtje in de rug is ze gaan aankloppen in haar omgeving en bij het Rode Kruis voor hulp bij de verhuizing en voor de vervanging van het beschadigde meubilair. Tot slot heeft de moeder in juli ook een nieuwe stageplaats gevonden met vooruitzicht op een arbeidsovereenkomst aan het eind van de opleiding.

**“ Door contact op te nemen met de preventiemedewerker heeft ze haar lot in handen genomen en prioriteit kunnen geven aan haar problemen. Dat de adolescenten zich meteen ook meer bewust waren van de problemen van hun moeder was mooi meegenomen.”**

Daarnaast oefenen de preventiemedewerkers nog tal van andere activiteiten uit. Denk daarbij aan het wijzen op de risico's van grote hitte in de zomer, het informeren over de vaccinatiecampaagnes (griep, Covid-19, ...), de omkadering bij het aanspraak maken op sociale rechten als de verhoogde tegemoetkoming, ... In 2023 zijn er maar liefst 6 803 gesprekken gevoerd!



### Meer info ?

Neutrale ziekenfondsen  
[adpwallon@union-neutre.be](mailto:adpwallon@union-neutre.be)

# 10 redenen om aan te sluiten bij het SDZ!

U behoort tot de grote groep van zelfstandigen en bedrijfsleiders? Ondernemers moeten dagelijks het hoofd bieden aan tal van hindernissen om een succesvol bedrijf uit te bouwen. Dankzij het geprivilegieerde partnerschap met het SDZ, de Interprofessionele Federatie voor Zelfstandige Ondernemers, hebt u alvast een vakkundige partner aan uw zijde!

Om te slagen in uw professionele opzet kunt u zich maar beter omringen en laten begeleiden door vakkundige experts in bedrijfsvoering.

Daarom hebben wij de krachten gebundeld met een belangrijke federatie, het SDZ, die diensten levert ten bate van zelfstandigen en bedrijfsleiders in aanvulling op ons dienstenpakket. Zo bent u u verzekerd van een volledige dekking om het hoofd te kunnen bieden aan alle mogelijke problemen en moeilijkheden bij de uitvoering van uw activiteiten.

Sluit nu aan bij het SDZ. Als lid van Mutualia geniet u van een korting op het jaarlijks lidmaatschapstarief. Aarzel dus niet en laat u deskundig begeleiden voor zorgeloos ondernemen!



## Meer info ?

SDI

02 625 26 92

info@sdi.be | www.sdi.be



## 10 VOORDELEN via Mutualia

1

U behoort tot een netwerk van meer dan **30.000 zelfstandigen en bedrijfsleiders**, actief in het hele land.

**Het SDZ behartigt en verdedigt uw belangen** op een volstrekt apolitieke manier j

gens de politieke, economische en sociale instanties op lokaal, gewestelijk, Belgisch en Europees niveau.

2

3

In alle groeifasen van uw onderneming geniet u **van de juridische bijstand van de adviesverleners van het SDZ**. Onze partner geeft u toegang tot experts in alle domeinen.

4

**De juridische dienst van het SDZ verdedigt** u actief jgens personen en privé- of publieke organen.

5

**U geniet van een efficiënte invorderingsdienst**. Het SDZ schakelt hiervoor een voraanstaand kabinet van gerechtsdeurwaarders in die het nodige doet om uw facturen in te vorderen, aan uitzonderlijke voorwaarden.

6

**Dankzij het SDZ heeft u toegang tot modellen van contracten en professionele documenten.** Als zelfstandige heeft u immers nood aan rechtsgeldige huurcontracten, prijsoffertes, facturen, of algemene voorwaarden,...

7

**U ontvangt het magazine “Ondernemer & Zelfstandig”** en de nieuwsbrieven van het SDZ. Zo bent u goed geïnformeerd omtrent alle juridisch, sociaal, fiscaal en economisch nieuws belangrijk voor zelfstandigen.

8

**U geniet van aanbiedingen en exclusieve voordelen** bij de partners van het SDZ, zoals Worldline, BNP Paribas Fortis, Q8, Mister Genius, Graydon, Sodexo/Pluxee, Reprobel, Monizze of Edenred. U geniet er van voorkeurtarieven op tal van kwaliteitsvolle producten en diensten.

9

**U hebt onbeperkt toegang tot de website van het SDZ: [www.sdz.be](http://www.sdz.be).** Zo blijft u op de hoogte en hebt u onbeperkt toegang tot tal van nuttige documenten en praktische informatie.

10

**U geniet van een voordeeltarief voor een jaarlidmaatschap.** U betaalt slechts € 168 in plaats van € 190, volledig fiscaal aftrekbaar.



## HET SDZ voor zelf- standigen

Zelfstandigen die zijn aangesloten bij Mutualia genieten van exclusieve voordelen...

Als zelfstandige hebt u dagelijks allerlei administratieve documenten nodig. Daarom stellen we verschillende modellen te uwer beschikking (facturen, prijsoffertes, ...).

Naast een dienst van schuldinvoering door Gerechtsdeurwaarders geniet u van een volledige en onbeperkte juridische bijstand voor uw bedrijf.

Profiteer van de zichtbaarheid binnen het netwerk van de leden van de Federatie, en krijg duizenden euro korting bij al onze partners.

# Geboorte en jeugd



Tot **515** €  
/JAAR tussenkost\*

Geboortepremie : 350 € | Gezondheidszorgen 100% terugbetaald | Initiatie baby-massage : 10 € | Vaccins : 35 €/jaar | Verkoop of verhuur van materiaal dat geschikt is voor baby's (luiers, aerosol, babyweegschaal, enz.) | Psychomotriciteit : 120 €/jaar