



magazine

Liever Thuis

Ledenblad van de vzw Liever Thuis LM
Vereniging voor mantelzorgers en gebruikers

4-5

De gemeentelijke mantelzorgpremie

6-7

Project 'Bewegen op verwijzing' –
Online praatgroep mantelzorg

Inhoud

- **Editoriaal** 2
- **Voorwoord** 3
- **In de kijker** 4-5
De gemeentelijke mantelzorgpremie
- **Regionaal** 6-7
- **Weetjes** 8
Wat gebeurt er als je je lidgeld bij je ziekenfonds niet betaalt?
Uren leesplezier met de luisterboeken van Luisterpuntbibliotheek

Adreswijziging of uitschrijven?

Gelieve bij verhuis of wanneer de post toekomt bij een overleden lid contact op te nemen met het nationaal secretariaat van de vereniging. Dit kan op het nummer 02 542 87 09 of via lieverthuis@lm.be. Wij danken je alvast voor de moeite.

Wens je niet langer lid te zijn van de vereniging? Uitschrijven kan via melding op het nummer 02 542 87 09. Je zal dan geschrapt worden uit het ledenbestand en geen post meer ontvangen van de vereniging.

Mailadres gewijzigd?

Beschik je over een nieuw mailadres? Laat het ons even weten op lieverthuis@lm.be. Dan zorgen wij ervoor dat je geen nieuws van ons mist. Wij danken je alvast voor de moeite.

Uitbetaling zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden (Vlaamse zorgverzekering/mantelzorgpremie)

Voor vragen over de uitbetaling van het zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden kun je terecht op het nummer 0800 17 417. Gelieve te vragen naar de Zorgkas.



Editoriaal

Heel wat mensen zorgen thuis voor een naaste die vanwege ouderdom, ziekte of handicap zorgbehoevend is. Ze doen dit vanuit een wederzijdse betrokkenheid, op regelmatige basis en buiten het kader van professionele hulpverlening. We noemen deze mensen 'mantelzorgers'.

Een thuiszorgsituatie is niet vanzelfsprekend en mantelzorgers verdienen hierbij alle ondersteuning die zij nodig achten. Daarom richtte de Liberale Mutualiteit de **vzw Liever Thuis LM** op, een door de Vlaamse overheid erkende **mantelzorgvereniging**.

Als mantelzorgvereniging zet de vzw Liever Thuis LM zich in voor de ondersteuning van zorgbehoevenden en hun mantelzorgers. Bij de vzw Liever Thuis LM kun je de klok rond terecht voor een luisterend oor en voor al je vragen over mantelzorg en thuiszorg. Via de website, de brochures en de infosessies **informer**en we je over een heleboel thema's die met zorg te maken hebben.

Als lid van de vzw Liever Thuis LM ontvang je viermaal per jaar het ledenblad '**Liever Thuis**' in je brievenbus. Via het **ledenblad** houden we je op de hoogte van allerhande onderwerpen, tegemoetkomingen en regelgevingen die voor jou belangrijk kunnen zijn.

Naast informatie verstrekken, komen we ook op voor de **belangen** van onze leden. Mantelzorgers ervaren immers tal van knelpunten in het zorglandschap. Daarom ijveren we bij de overheid voor een goed uitgebouwde dienstverlening en hebben we regelmatig overleg met verschillende organisaties uit de zorgsector.

Contact:

vzw Liever Thuis LM

Livornostraat 25

1050 Brussel

Tel.: 02 542 87 09 - 0473 52 70 76

Fax: 02 542 86 99

Mail: lieverthuis@lm.be

Website: www.lieverthuislm.be

De vereniging is 24 uur op 24 en 7 dagen op 7 bereikbaar! Tijdens de kantooruren (maandag - vrijdag: 8u30 - 12u00 en 13u00 - 16u30) kom je rechtstreeks terecht bij één van onze medewerkers. Na de kantooruren staat een medewerker van de wachtdienst je graag te woord.

Alle info over mantelzorg:

Neem een kijkje op www.mantelzorgers.be of neem contact op met onze vereniging.

Voorwoord

Beste lezer,

Er lijkt maar geen einde te komen aan het coronahoofdstuk. Toch wordt het hoe langer hoe belangrijker om actieplannen niet meer in de ijskast te steken. De huidige epidemie mag de kwaliteit van de zorg voor onze naasten en het welzijn van de mantelzorgers niet langer in de weg staan. We weten immers uit onze bevraging van 2020 dat maar liefst 54 procent van de mantelzorgers extra moeizaamheden ondervond door corona.

Het lijkt erop dat de Vlaamse overheid deze boodschap begrepen heeft. In de steigers staan heel wat beleidsplannen, zoals bijvoorbeeld het eenzaamheidsplan 2021-2024 en het Vlaams ouderenplan 2020-2025, die werk maken van de kwaliteitsvolle zorg en het goede welbevinden voor elke Vlaming. We zijn ook erg blij dat het dementieplan (2021-2025) niet alleen een dementievriendelijk Vlaanderen beoogt, maar dat er de nodige aandacht is voor de mantelzorgers die dagelijks zorg dragen voor personen met dementie. Dat het beleid inziet dat mantelzorgers ondersteund en versterkt moeten worden, lijkt ons een stap in de juiste richting.

Ook het nieuwe Vlaamse Mantelzorgplan is in de maak. Als mantelzorgvereniging nam de vzw Liever Thuis LM deel aan de gesprekken rond dit nieuwe beleidsplan en verdedigde ze de stem van de mantelzorgers. Hierbij vinden we het belangrijk dat de voorstellen ook haalbaar zijn. We ijveren voor veranderingen die mantelzorgers en zorgbehoevenden écht ten goede komen. Geen woorden, maar daden. Daar zetten we ons dagelijks voor in.

We hopen dat deze beleidsplannen, op termijn, tot een rooskleurigere samenleving kunnen leiden. In afwachting wensen we jou en je naasten alvast een mooi en warm 2022.

Veel leesplezier!

Roni De Waele - Voorzitter

Dienst Maatschappelijk Werk van je ziekenfonds en het zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden

Voor heel wat zorgvragen kan je als zorgbehoevende oudere, persoon met een beperking of een chronische ziekte terecht bij de Dienst Maatschappelijk Werk van je ziekenfonds. Ook je mantelzorgers kunnen deze dienst contacteren.

De medewerkers van de Dienst Maatschappelijk Werk:

- helpen zoeken naar financiële tegemoetkomingen, sociale en fiscale voordelen en premies. Ook helpen ze je met de aanvraag hiervan;
- helpen met de administratie van de zorg;
- zoeken naar de juiste hulpmiddelen en bekijken of een woningaanpassing aangewezen is;
- zoeken naar de juiste oplossing voor je specifieke zorgsituatie;
- begeleiden en helpen jou op tempo van je zorgvragen.

De Dienst Maatschappelijk Werk staat ook in voor de indicatiestelling van het **zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden**, wat velen 'de mantelzorgpremie' noemen. Een medewerker van de dienst kan dan langskomen aan huis om na te gaan of je voldoet aan de voorwaarden.

Sinds 1 juni 2021 gebruiken de medewerkers een **nieuw screeningsinstrument**, namelijk de BelRai-screener voor volwassenen. Dit gebeurt volgens de nieuwe regels en verplichtingen van de Vlaamse overheid. De uitkomst van dit nieuwe instrument kan leiden tot een ander resultaat dan het vorig instrument. Wie eerder recht had op het zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden kan bij een nieuwe indicatiestelling misschien niet meer in aanmerking komen op basis van de BelRai-screener. Wie vroeger niet in aanmerking kwam, kan nu misschien wel recht hebben op het zorgbudget. De situatie kan echter ook hetzelfde blijven.

De screening is eigenlijk een heel grondig interview. De medewerker van de Dienst Maatschappelijk Werk stelt gedetailleerde vragen over je dagelijks leven, de organisatie van het huishouden, je persoonlijke verzorging en je fysieke en psychische gezondheid. Op basis van je antwoorden en hetgeen de medewerker zelf vaststelt, gaat de medewerker na of je in aanmerking komt voor het zorgbudget. Ook hiervoor heeft de Vlaamse overheid regels opgelegd.

De gemeentelijke mantelzorgpremie

Wist je dat 59 procent van de Vlaamse gemeenten aan de mantelzorgers uit hun gemeente een premie geeft?



Is de gemeentelijke mantelzorgpremie die 130 euro?

Nee. Een aantal zwaar zorgbehoevende personen ontvangen maandelijks een premie van 130 euro, die ze vaak 'de mantelzorgpremie' of 'de mantelzorg' noemen. Dit is eigenlijk het **zorgbudget zwaar zorgbehoevenden**, een tussenkomst in hun niet-medische kosten die ze ontvangen van hun **zorgkas**. Die niet-medische kosten kunnen kosten voor thuiszorgdiensten (bijvoorbeeld de gezinshulp of de poetshulp) of vervoerkosten zijn. De 130 euro kan ook gebruikt worden om een mantelzorger te vergoeden, bijvoorbeeld één van je kinderen die zorgtaken voor jou opneemt.

Het zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden wordt uitbetaald in opdracht van de Vlaamse overheid en maakt deel uit van de Vlaamse sociale bescherming, waarvoor we allemaal jaarlijks 54 euro betalen. Als je recht hebt op de verhoogde tegemoetkoming is dit 27 euro. De verhoogde tegemoetkoming wordt toegekend als je beschikt over een laag inkomen. Je betaalt dan onder andere minder voor je medische kosten, zoals voor medicatie en een doktersbezoek.

Wat is de gemeentelijke mantelzorgpremie dan wel?

Het is een waarderingspremie die gegeven wordt door de gemeen-

tebesturen, doorgaans aan de mantelzorger. In 17 procent van de gemeenten wordt de gemeentelijke mantelzorgpremie echter uitbetaald aan de persoon voor wie gezorgd wordt in plaats van aan de mantelzorger.

Uit onze peiling van vorig jaar blijkt dat heel wat mantelzorgers graag een financiële compensatie krijgen voor het inkomensverlies dat zij lijden door het opnemen van de mantelzorg. De gemeentelijke mantelzorgpremie dient echter niet op die manier bekeken te worden. Het gaat immers slechts over een gemiddeld bedrag van 16 euro per maand, waarbij er nog grote verschillen zitten tussen de gemeenten. De laagste gemeentelijke mantelzorgpremie bedraagt 2,50 euro per maand, terwijl de hoogste 75 euro bedraagt.

Enkele cijfergegevens over de gemeentelijke mantelzorgpremie op een rijtje

De LM-Zorgkas ondervroeg eind 2020 en begin 2021 alle Vlaamse gemeenten over hun mantelzorgpremie en zo konden we heel wat gegevens in kaart brengen.

Zoals eerder al vermeld, geeft 59 procent van de Vlaamse gemeenten een mantelzorgpremie. Er zijn echter verschillen per provincie:

1. Vlaams-Brabant: 77 procent;
2. West-Vlaanderen: 64 procent;
3. Limburg: 60 procent;
4. Oost-Vlaanderen: 52 procent*;
5. Antwerpen: 43 procent*.

*In Oost-Vlaanderen en Antwerpen geven een aantal gemeenten de mantelzorgpremie aan zorgbehoevende inwoners. Deze gemeenten hebben we daarom niet meegeteld.

In het Brussels Hoofdstedelijk Gewest geeft slechts één van de negentien gemeenten een mantelzorgpremie, namelijk Etterbeek.

De voorwaarden zijn, net als het bedrag, van gemeente tot gemeente verschillend. Vaak voorkomende voorwaarden zijn:

- zowel de mantelzorger als de zorgbehoevende persoon moeten in de gemeente wonen;
- de zorgbehoevende persoon moet thuis wonen en dus niet permanent verblijven in een zorgvoorziening, zoals bijvoorbeeld een woonzorgcentrum;
- de zorgbehoevende persoon moet recht hebben op het zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden.



Waar vind ik een overzicht van de gemeentelijke mantelzorgpremie's?

Op onze website <http://www.lieverthuislm.be/premies.htm> vind je per Vlaamse provincie een overzicht van de gemeenten die een mantelzorgpremie geven. Er staat telkens vermeld aan wie de premie wordt uitbetaald: aan de mantelzorger of de zorgbehoevende. We hebben de gemeenten vermeld in alfabetisch volgorde. Enkel de hoofdgemeenten worden vermeld. Woon je in een deel- of fusiegemeente of in een gehucht? Dan zoek je dus op naam van de hoofdgemeente.

Meer informatie over de gemeentelijke mantelzorgpremie is ook terug te vinden op de website van je gemeente. Je kunt dit bijvoorbeeld vinden door in de zoekbalk 'mantelzorg', 'mantelzorgpremie' of 'thuiszorg' in te typen.

Wat als mijn gemeente geen mantelzorgpremie geeft?

Sommige gemeenten kiezen ervoor om hun mantelzorgers op een andere manier te ondersteunen, bijvoorbeeld:

- via een mantelzorgloket of zorgbalie waar mantelzorgers met al hun vragen terecht kunnen;
- via een dagverzorgingscentrum waar de zorgbehoevende persoon naartoe kan waardoor je als mantelzorger wat tijd hebt voor jezelf;
- door het organiseren van mantelzorgcafés of andere activiteiten voor mantelzorgers, al dan niet in samenwerking met de erkende Vlaamse mantelzorgverenigingen;
- door het toekennen van een tussenkomst in de afvalkosten voor incontinentiemateriaal;
- ...

Informeel zeker eens bij de sociale dienst van je gemeente, het OCMW of Sociaal Huis wat zij voor jou kunnen doen.

Hoe staat Liever Thuis LM tegenover de gemeentelijke mantelzorgpremie?

Onze mantelzorgvereniging 'Liever Thuis LM' staat achter ieder initiatief dat de mantelzorgers ondersteunt. Mantelzorgers hebben heel wat verschillende noden: bij sommigen bevinden die noden zich op financieel vlak, bij anderen is dit eerder op emotioneel of praktisch vlak. Als gemeenten hun mantelzorgers willen ondersteunen, dienen ze dit dan ook op verschillende vlakken te doen. Een mantelzorgpremie kan er daar één van zijn. Het geven van een premie zonder echter te horen naar de eventuele andere noden van de mantelzorgers en acties op te zetten om een antwoord te bieden op deze noden, is volgens ons zinloos. Een mantelzorgpremie is dus een middel om te werken aan een mantelzorgvriendelijke gemeente, maar mag geen doel op zich zijn.

Het 'mantelzorgactieplan' zal ook het meest succesvol zijn als hiervoor wordt samengewerkt met organisaties die hiervoor de nodige kennis en expertise in huis hebben. Een samenwerking met één of meerdere erkende mantelzorgverenigingen, zoals de vzw Liever Thuis LM, draagt hierbij dan ook onze voorkeur weg.

Suggesties of klachten?

Als mantelzorgvereniging vinden wij de inspraak van onze leden in onze werking erg belangrijk. De vzw Liever Thuis LM werkt immers vanuit een mensbeeld waarin de keuzevrijheid, inspraak en de autonomie van elke burger centraal staan.

Heb je een **suggestie** voor het verbeteren of uitbouwen van onze werking en dienstverlening, dan willen wij dit graag van je horen.

Ook als je ontevreden bent over onze werking, willen we dit graag vernemen. Een **klacht** ontvangen is niet leuk, maar het is een uitnodiging tot verbetering van onze dienstverlening. Ben je ontevreden over de dienstverlening die je kunt terugvinden op de tweede pagina van dit ledenblad, dan vragen wij dat je dit ongenoegen **schriftelijk** formuleert aan de hand van het **klachtenformulier** dat je kunt terugvinden op onze website of op eenvoudige telefonische aanvraag.

De volledige klachtenprocedure van onze mantelzorgvereniging is terug te vinden op <http://www.lieverthuislm.be/suggesties.htm>. Beschik je niet over een internetaansluiting en ontvang je graag de klachtenprocedure? Bel dan naar 02 542 87 09 of 0473 52 70 76.

Project 'Bewegen op verwijzing'

Het project 'Bewegen Op Verwijzing' helpt mensen die onvoldoende bewegen op weg naar een actiever en gezonder leven.

Hoe?

Dit gebeurt met professionele, terugbetaalde, coaching en een beweegplan op maat.

Je 'Bewegen Op Verwijzing'-coach (BOV-coach) maakt samen met jou een beweegplan op maat en motiveert je ook om dit beweegplan uit te voeren en vol te houden. Je beweegt niet samen met de coach.

Op deze manier blijf je actief, ook zonder coach.

Voorwaarden

- Je bent gedomicilieerd in Vlaanderen of Brussel.
- Je hebt een verwijsbrief van een arts. Dit kan je huisarts zijn, maar bijvoorbeeld ook een specialist of een andere arts. Je komt in aanmerking voor een verwijsbrief als je te veel of te langdurig stiltzit.

Procedure

De coaching kan zowel individueel als in groep gebeuren. Ook een combinatie van beide is mogelijk.

Wanneer je een verwijsbrief krijgt, geeft je dit 84 punten per kalenderjaar. Bij elke begeleiding gaan er punten af:

- Voor een individuele begeleiding gaan er drie punten af per kwartier.
- Voor een groepsbegeleiding gaat er één punt af per kwartier.

Als de jaarlijkse punten op zijn, stopt de tussenkomst van de Vlaamse overheid. Je kunt dan wel nog naar je coach, maar dan betaal je het volledige tarief zelf.

Als je een verwijsbrief hebt, kan je een afspraak maken bij een BOV-coach. Deze coach zal samen met jou een beweegplan maken. Dit beweegplan zal in de lijn van je persoonlijke interesses en mogelijkheden liggen.



Prijs	Individuele begeleiding per kwartier	Groepsbegeleiding per kwartier
Normaal tarief	Maximaal 5 euro Tussenkomst overheid: 10 euro	Maximaal 1 euro Tussenkomst overheid: 4 euro
Tarief met verhoogde tegemoetkoming*	Maximaal 1 euro Tussenkomst overheid: 14 euro	Maximaal 0,50 euro Tussenkomst overheid: 4,50 euro

* De verhoogde tegemoetkoming wordt toegekend als je beschikt over een laag inkomen. Je betaalt dan onder andere minder voor je medische kosten, zoals voor medicatie en een doktersbezoek.

De tussenkomst van de overheid gebeurt rechtstreeks met de coach. Je betaalt dus enkel de persoonlijke bijdrage.

Krijg je een financiële tussenkomst van het OCMW om gebruik te kunnen maken van hun dienstverle-

ning, bijvoorbeeld een leefloon, thuismaaltijden, budgetbegeleiding, poetshulp, ...? Dan kan je de persoonlijke bijdrage, voor het grootste deel, terugbetaald krijgen.

Meer info?

Meer info over het project 'Bewegen op verwijzing' kan je terugvinden op www.vlaanderen.be/bewegen-op-verwijzing of www.gezondleven.be/projecten/bewegen-op-verwijzing.

Zorgwonen

Bij zorgwonen wordt in of bij een bestaande woning een kleinere wooneenheid ingericht voor maximaal twee 65-plussers of zorgbehoevende personen, zodat ze kunnen wonen bij iemand die hen zorg verleent. Een mantelzorger kan ook gaan wonen bij oudere of zorgbehoevende personen. De Vlaamse Codex Ruimtelijke Ordening werd aangepast om de aanvraag van een zorgwoning eenvoudiger te maken.

Het Departement Omgeving van de Vlaamse overheid maakte een vrij duidelijke brochure over zorgwonen en de nieuwe wijzigingen in de wetgeving. De brochure is terug te vinden op onze website: <http://www.lieverthuislm.be/pdf/Brochurezorgwonen20211008.pdf>. Je kunt de brochure ook aanvragen bij onze mantelzorgvereniging 'Liever Thuis LM' op het nummer 02 542 87 09 of 0473 52 70 76.



Online praatgroep voor mantelzorgers

Zorg je regelmatig voor iemand uit je directe omgeving met een lichamelijke of psychische aandoening of ziekte, dan ben je een mantelzorger. Zorgen voor iemand kan een positieve en verrijkende ervaring zijn, maar is niet altijd vanzelfsprekend. Het organiseren van de zorg vraagt veel energie en brengt vaak druk en stress met zich mee. Dit jaar kregen mantelzorgers het extra moeilijk door de coronamaatregelen.

Uit onderzoek blijkt dat praten met lotgenoten deugd doet. Je leert immers dat je niet alleen bent in die situatie en vindt troost en ondersteuning bij andere mantelzorgers. Daarom organiseren we een **gratis** online praatgroep voor mantelzorgers.

Praktisch:

- maandag **3 januari 2022** van **20u00** tot **21u30** (inloggen kan vanaf 19u45):
Online (via Microsoft Teams)
- maandag **24 januari 2022** van **20u00** tot **21u30** (inloggen kan vanaf 19u45):
Online (via Microsoft Teams)
- maandag **14 februari 2022** van **20u00** tot **21u30** (inloggen kan vanaf 19u45):
Online (via Microsoft Teams)
- maandag **7 maart 2022** van **20u00** tot **21u30** (inloggen kan vanaf 19u45):
Online (via Microsoft Teams)
- maandag **28 maart 2022** van **20u00** tot **21u30** (inloggen kan vanaf 19u45):
Online (via Microsoft Teams)

Interesse?

Schrijf je in via lieverthuis@lm.be. We bezorgen je enkele dagen op voorhand de link waarop je dient te klikken om deel te nemen.

Uren leesplezier met de luisterboeken van Luisterpuntbibliotheek

Gaat lezen moeilijk, maar wil je toch uren leesplezier beleven? Denk dan aan de Daisy-luisterboeken van de Luisterpuntbibliotheek, de Vlaamse openbare bibliotheek voor mensen met een leesbeperking (blind, slechtziend, fysieke beperking, afasie of dyslexie).

Iedereen die geen of moeilijk gewone, gedrukte boeken kan lezen, kan bij Luisterpunt terecht voor boeken in aangepast formaat. Daisy-boeken zijn speciale luisterboeken (op cd of online) waarbij je de voorleessnelheid kan aanpassen en waarin je kunt bladeren zoals in een gewoon boek.

Spannende misdaadromans, romantische boeken, klassiekers, prikkelende non-fictie, prijsbeesten, heerlijke hoorspelen,... Voor elk wat wils in de collectie van 30.000 luisterboeken.

Je kunt de boeken op je tablet of smartphone beluisteren met de gratis Anderslezen-app of ze thuis op cd ontvangen. **Lid worden en boeken lenen is volledig gratis.**

Meer info vind je op www.luisterpuntbibliotheek.be. Je kunt je via deze website ook inschrijven en zo lid worden.



Wat gebeurt er als je je lidgeld bij je ziekenfonds niet betaalt?

Wie aansluit bij een ziekenfonds betaalt een aanvullende bijdrage. Dit is het zogenaamde 'lidgeld'. Door de betaling van die bijdrage geniet je van alle voordelen en diensten die je ziekenfonds aanbiedt. Die voordelen zijn vaak een aanvulling op de beperkte tussenkomsten vanuit de verplichte ziekteverzekering. Je kunt bijvoorbeeld een extra tussenkomst krijgen voor een bril. In sommige gevallen bieden de ziekenfondsen ook een terugbetaling waar de verplichte ziekteverzekering geen terugbetaling voorziet.

Betaal je de bijdrage niet, dan heb je geen recht op deze voordelen. Door een aanpassing van de wetgeving gaan de gevolgen bij een niet-betaling nu een pak verder dan enkel het voordelenpakket. Leden die eind 2021 gedurende een periode van 24 tot 36 maanden hun aanvullende bijdrage niet hebben betaald, worden nu niet enkel uitgesloten van hun recht op de voordelen. De uitsluiting geldt eveneens voor wie aangesloten is bij een hospitalisatie- of tandverzekering of een andere bijkomende verzekering.

Die maatregel gaat vanaf 1 januari 2022 in. Concreet betekent dit dat al wie sinds 1 januari 2019 gedurende een periode van 24 tot 36 maanden de aanvullende bijdrage niet heeft betaald, op 1 januari 2022 'geschorst' wordt. De bijdragen met terugwerkende kracht betalen zal vanaf die datum ook niet meer kunnen.

Wil je opnieuw van de voordelen genieten, dan kan dat, maar enkel na het doorlopen van een wachtperiode van 2 jaar. Tijdens deze wachtperiode is er geen recht op voordelen, ook al is de bijdrage nu wel betaald.

Concreet: wie in 2019, 2020 en 2021 de bijdrage niet betaald heeft voor een periode van 24 tot 36 maanden, wordt uitgesloten in 2022 en 2023. Er is pas terug recht vanaf 2024 als je de bijdragen 2022 en 2023 volledig betaald hebt.

De schorsing geldt ook voor wie aangesloten was bij een dienst van de vrije verzekering (hospitalisatieverzekering, tandverzekering, ...). Ook al betaalde je de bijdrage voor deze dienst, je zult hiervoor opnieuw moeten aansluiten en een nieuwe wachttijd doorlopen.