



**Incitant
Sportif**

**En forme et
en bonne santé
avec la ML !**

www.ml.be

ML

Améliorez activement votre santé !

Il n'est pas toujours évident de combiner les exercices physiques avec une vie de famille, une vie sociale et le travail. C'est pourquoi nous offrons un petit coup de pouce aux personnes qui souhaitent faire du sport. A la ML, les sportifs bénéficient d'un **incitant sportif** financier.

Votre avantage auprès de la ML

Avec l'incitant sportif, nous voulons vous encourager à faire du sport et à vous dépenser. En effet, les exercices physiques passent trop souvent au second plan lorsque nous tentons d'améliorer notre mode de vie.

C'est pourquoi nous vous octroyons une intervention lorsque vous pratiquez activement une activité sportive pour laquelle vous devez vous acquitter d'une cotisation, de frais d'affiliation, d'inscription ou d'abonnement. Cette intervention est versée pour :

- un club sportif ;
- un centre de fitness ;
- des séances de bébés nageurs ;
- des séances d'initiation au jogging ;
- une organisation qui organise des activités sportives en dehors des heures scolaires ;
- des activités sportives organisées par la mutualité, un club ou un service sportif*.

L'intervention maximale s'élève à **25 euros** par personne et par année civile.

* L'agrément peut être fédéral, provincial, communal ou au niveau d'une communauté.

Si vous vous affiliez à un centre de fitness, nous octroyons uniquement l'intervention à l'achat d'un abonnement de **minimum 3 mois** (consécutifs ou non) ou à l'achat d'une carte d'au **moins 10 séances**. L'intervention ne peut jamais excéder la quote-part personnelle que vous avez payée.

Pour qui ?

Tous les membres de la ML.

Que faire ?

Demandez le formulaire mutualiste à votre mutualité. Remettez ce formulaire (ou un document similaire délivré par l'organisateur ou l'organisation dûment rempli) à votre mutualité.





Se dépenser activement est bénéfique pour tous

Pratiquez chaque jour **trente minutes** d'exercice physique moyennement intense et vous constaterez très vite les effets bénéfiques sur votre santé !

Pourquoi faire du sport ?

Pratiquer un exercice régulier procure de nombreux effets positifs pour le corps, comme par exemple :

- un sentiment général de bien-être et une plus grande vitalité ;
- une diminution du risque de maladies cardiovasculaires ;
- une plus grande consommation d'énergie, ce qui permet de contrôler plus facilement son poids ;
- une diminution du risque de diabète de type 2 ;
- de meilleures valeurs sanguines ;
- un sommeil de meilleure qualité et plus reposant ;
- une meilleure concentration ;
- etc.

Trouvez un partenaire pour faire du sport et choisissez une activité que vous aimez pratiquer.



En plus de tous les avantages pour votre santé, l'incitant sportif de la ML devrait finir de vous motiver ! Nous espérons que vous avez été contaminé par le virus du sport. Dorénavant, faites de l'exercice physique un élément central de votre vie !

Beaucoup de plaisir sportif !





ML MUTPLUS.be

Place de la Reine 51-52

1030 Bruxelles

☎ 02 209 48 11 - 📠 02 219 01 54

✉ info@mutplus.be

ML Hainaut-Namur

Centre de gestion de La Louvière

Rue Anatole France 8-14

7100 La Louvière

☎ 064 23 61 90 - 📠 064 23 61 91

✉ contact@mut409.be

Centre de gestion de Namur

Rue Bas de la Place 35

5000 Namur

☎ 081 23 18 23 - 📠 081 24 10 37

✉ contact@mut409.be

ML Liège

Rue de Hermée 177 D

4040 Herstal

☎ 0800 14 448 - 📠 04 253 22 02

✉ secretariat@libramut.be

ML Luxembourg

Avenue de la Gare 37

6700 Arlon

☎ 063 24 53 00 - 📠 063 21 73 29

✉ contact@mutualiteliberale.be



**Découvrez la ML
sur www.ml.be**

**Ce dépliant ainsi que beaucoup d'autres sont disponibles
auprès de votre mutualité.**

Le présent dépliant contient uniquement les dispositions principales concernant l'intervention Incitant sportif. En cas de doute ou de contestation, nos statuts s'appliquent. Pour pouvoir prétendre aux interventions, vous devez être en ordre de paiement de la cotisation légale obligatoire pour les services complémentaires.

**En tant que membre de
la ML, vous bénéficiez de
nombreux avantages.**

**L'Incitant sportif n'en est
qu'un parmi tant d'autres.**



Notre e-Guichet, pour vous simplifier la vie !

Surfez sur www.ml.be et cliquez sur « e-Guichet 24h/24 » !

- consultez vos données personnelles
- vérifiez vos remboursements
- demandez des vignettes
- demandez votre carte d'assurance maladie européenne
- et bien d'autres choses encore !

Vous êtes déjà membre ?

Alors, vous savez déjà que vous pouvez compter sur nous !

Vous n'êtes pas encore membre ?

Nous vous invitons à vous renseigner sur nos avantages. Rendez-vous dans une agence près de chez vous ou surfez sur www.ml.be.



www.ml.be

**Votre santé,
notre priorité!**