

# inZICHT

magazine boordevol tips & ideeën

3-maandelijks | december 2021 - februari 2022 | P-922960 | afgiftekantoor Kortrijk

**ZEKER & VAST**

bankieren en verzekeren

 **AQUILAE**

**GESPOT**  
Dé bouw trends  
voor 2022

**Goed  
voorbereid op  
skivakantie**

DOSSIER  
**Bespaar op je  
verzekeringsbudget**

Telewerk: zo blijft iedereen gemotiveerd

## Onze werking breiden we uit, ZEKER & VAST

Met plezier en fierheid kunnen we de fusie aankondigen van ons kantoor ZEKER & vast met het kantoor VANBAVINCKHOVE ( Valerie Marchand ) uit Koekelare. We verwelkomen in het nieuwe geheel ZEKER & VAST alle klanten en medewerkers Valerie, Christine en Ingrid van het kantoor Vanbavinckhove. Deze fusie zal ons kantoor alleen maar sterker maken zodat we u als klant een betere service kunnen geven als bankkantoor CRELAN en als onafhankelijk verzekeringsmakelaar. De fusie gaat door op 1 januari 2022. Het kantoor in Koekelare blijft nog open tot 30/06/2022. De openingsuren vinden we terug op de laatste bladzijde van deze INZICHT. We stellen hierbij graag de nieuwe medewerkers voor:

### Valerie Marchand

#### (Bestuurder in Zeker & Vast)

Op heden ben ik de zaakvoerder van het kantoor Vanbavinckhove in Koekelare. Ik ben gehuwd met Wim en samen hebben we twee zonen Maxim en Clement. We houden van een reisje , lekker eten, recreatief sporten.



### Ingrid Vanhooren

#### (beheer verzekeringen)

Ik ben gehuwd met Ludo en we hebben twee kinderen. Ik fiets graag, ben actief in de gezinsbond en een etentje zullen we zeker niet links laten liggen.



### Christine Vanbavinckhove

#### (beheer bank)

Ik ben gehuwd met Eddy, we hebben 3 kinderen en 7 kleinkinderen. We houden ook van een lekker etentje en samen zijn met onze kinderen en kleinkinderen.



**Vergeet zeker niet om bij ons langs te komen om je kalender of agenda voor het nieuwe jaar 2022 te komen ophalen. We verwennen onze klanten met een keuze uit 4 verschillende kalenders.**

# INHOUD



## 04

Kort nieuws

## 06

Bouwen aan de toekomst

## 10

**INTERVIEW**

Dominique Monami, van topsporter tot mental coach

## 12

Telewerken voor gevorderden

## 14

**DOSSIER**

Slim verzekerd? Meer budget!

## 16

Goed voorbereid op skivakantie

## 18

Op stap in een winters landschap

## 19

Partners Aquilae



## JOUW MENING IS BELANGRIJK

Heb je vragen of opmerkingen bij één van de artikelen in deze 'Inzicht'? Of had je graag een specifiek onderwerp aan bod zien komen in een volgende uitgave? Laat het ons weten: mail naar [info@aquilae.be](mailto:info@aquilae.be).

Inzicht is het officiële magazine van Aquilae, verschijnt driemaandelijks en wordt via adressering bedeed.

### Samenstelling en eindredactie

Redactieraad Aquilae & Karlien De Vrieze

### Advertentiewerving

Geïnteresseerd om te adverteren in Inzicht? Contacteer [rudi@studiotornado.be](mailto:rudi@studiotornado.be).

### Oplage

8.075 exemplaren

*Wij beogen steeds de hoogste graad van betrouwbaarheid in onze teksten. Wij kunnen echter niet aansprakelijk gesteld worden voor de inhoud ervan. Gezien de complexiteit van sommige onderwerpen behouden wij ons bovendien het recht voor om deze summier of algemeen te behandelen. Wij raden je aan om concrete situaties persoonlijk voor te leggen.*

V.U.: Patricia De Valck  
Ottergemsesteenweg-Zuid 808 B (bus 109), 9000 Gent

# KORT NIEUWS



## NIEUW JAAR, NIEUWE AUTO?

De eerste maand van het jaar is traditioneel een moment waarop veel mensen beslissen of ze een nieuwe auto zullen kopen.

Twijfel jij of het tijd is om je auto te vernieuwen? Deze parameters kunnen helpen bij je beslissing:

- **Werk je veel meer thuis** en rijd je dus op veel dagen niet verder dan de supermarkt? Als je een dieservoertuig hebt, is het in dat geval interessant om te switchen naar een auto op benzine.
- **Gaat een gezinslid het huis uit?** Dan kan je een kleinere (wellicht zuinigere) auto overwegen. Staat er gezinsuitbreiding op de planning, dan heb je misschien een ruimer model nodig.
- **Wordt je auto een jaartje ouder**, dan kunnen bepaalde onderdelen toe zijn aan vervanging. De versnellingsbak repareren, de distributieriem vervangen: sommige herstellingen kunnen heel duur worden. En dan is er ook nog het ongemak van de pech onderweg! Zie je de bui al hangen, dan is dat ook een goede reden om te investeren in een nieuwe wagen.

### TIP:

praat met je verzekeringsmakelaar voor je handtekening onder een bestelbon zet. Vaak biedt je garagist ook een verzekering aan, maar dan bind je je met je omnium aan je merkdealer. In geval van een total loss kan dat een groot verschil maken, als je bijvoorbeeld wil overstappen naar een ander merk. Krijg je dan je geld nog terug? Je verzekeringsmakelaar staat je graag bij met advies.

---

### CIJFER IN DE KIJKER

# 4.622.000

Uit een enquête bij meer dan 7.000 Belgische huishoudens blijkt dat vorig jaar meer dan 4,5 miljoen Belgen niet in staat waren om te sparen tijdens een typische maand.

Voor liefst 40,8% van de bevolking is sparen dus allesbehalve vanzelfsprekend. Nochtans: je hoeft niet rijk te zijn om te sparen. Er bestaan allerlei slimme spaarformules die je bijvoorbeeld een belastingvoordeel opleveren, zoals pensioensparen en langetermijnsparen.

KU Leuven en Baloise Insurance lanceerden recent nog een gratis digitaal lespakket om jongeren te behoeden voor financiële denkfouten. Vraag jij je ook af hoe je efficiënter kan sparen? Vraag gerust raad aan je verzekeringsmakelaar.



## Woningschade door droogte

**Vlaanderen wordt droger. En die toenemende droogte uit zich lang niet alleen in mislukte oogsten en watertekorten. Eén op de vier huizen krijgt te maken met verzakkingen, veroorzaakt door droogte. De schade die daaruit resulteert, wordt voortaan gedekt door de brandverzekering.**

De recent goedgekeurde Wet Depraetere verduidelijkt een bestaande wet en neemt alle twijfels weg rond het krimpen van de bodem. De ondergrond krimpt doordat kleigrond, die je vooral in West-Vlaanderen aantreft, opdroogt.

Wanneer daardoor een grondverzakking ontstaat, kan dat tot scheuren en andere zware schade aan muren leiden. Die schade valt voortaan in de categorie 'veroorzaakt door een natuurramp', gedekt door de brandverzekering.

## Glaasje op? Neem een taxi... of reken op bob!

Je witte wijntjes tellen op het kerstfeestje van het werk. De glazen cava beperken op 1 januari. Proberen te berekenen hoeveel glazen 'geen kwaad kunnen' als je daarna nog moet rijden is niet alleen vervelend, het is ook zinloos. En gevaarlijk!

Er zijn te veel factoren die een rol spelen in hoe snel de alcohol in je bloed wordt afgebroken: de gezondheid van je lever, je gewicht, je geslacht, ... Het beste idee is dus: niet drinken als je nog moet rijden. Een taxi hoeft niet duur te zijn als je dicht bij huis feest, en ook een bob aanstellen is een topidee. Wist je dat je in je autoverzekering ook een

speciale bob-waarborg kan laten opnemen? Die kan verschillende situaties dekken: veroorzaakt je bob bijvoorbeeld zelf een ongeval, dan is de schade aan jouw auto verzekerd, zelfs als je geen omnium hebt. Soms zit de bob-clausule automatisch in je autoverzekering. Ga zeker na welke situaties al gedekt zijn, zodat je niet dubbel verzekerd bent.



## Autorijden met wandelbottines

**Bij automobielbond VAB krijgen ze weleens de vraag: autorijden met wandelbottines, mag dat eigenlijk wel?**

Het korte antwoord: ja, dat mag. In de wet staat dat je in alle omstandigheden rijbewegingen moet kunnen uitvoeren, en hoewel wandelbottines wat stugger en strakker rond je voet zitten, lukt het normaal wel om er gewoon mee te rijden. Toch is het, zeker in de nattere seizoenen, aanbevolen om van schoeisel te wisselen wanneer je na een stevige wandeltocht weer naar huis rijdt. Zo vermijd je dat je bijvoorbeeld van je rempedaal glijdt met modderige schoenen en zo een ongeval veroorzaakt. Safety first!

BRON: VAB MAGAZINE



# BOUWEN AAN DE TOEKOMST

Plannen om te bouwen of verbouwen? Laat die baksteen niet op je maag liggen en maak je droomproject waar. Inspiratie opdoen kan op Batibouw, dat vanwege corona werd uitgesteld tot mei 2022. Je ontdekt er innovatieve technieken, nieuwe materialen en de laatste trends. De bouwvoorschriften in België worden strenger en ook de klimaatverandering noopt tot een andere aanpak. Dus ligt de focus vandaag vooral op het duurzaam en energiezuinig bouwen van steeds kleinere woningen. Deze 5 bouwrends maken je plannen futureproof.

## #1

### Duurzaam bouwen

Op zoek naar efficiënte manieren om je energieverbruik en milieuoetafdrak te verkleinen? Bij duurzaam bouwen ligt de nadruk op energie-efficiëntie, het gebruik van duurzame materialen en circulair bouwen. In België gelden voor nieuwe woningen de BEN-normen. Het Bijna-EnergieNeutraal bouwen zorgt ervoor dat je nieuwe woning sowieso perfect geïsoleerd en afgedicht is én dat de geïnstalleerde systemen hernieuwbare energie opwekken. Daardoor verbruik je weinig energie voor verwarming, ventilatie, koeling en warm water. En dat is een win voor jou én het milieu!

## #2

### Kleiner en modulair wonen

De vastgoedprijzen swingen de pan uit en ook bouwmaterialen worden duurder. Wie wil bouwen of verbouwen, moet steeds dieper in de geldbuidel tasten. Alleen al uit financieel oogpunt is het daarom interessant om kleiner te gaan wonen. Compacter wonen zorgt er ook voor dat we onze schaarse open ruimtes behouden. En de ecologische voetafdrak verkleint omdat een kleinere woning energie-efficiënter is. Modulaire woningen spelen in op die trend. Je kan er snel, flexibel en duurzaam je bestaande woning mee uitbreiden. Door prefabmodules uit hout of staal slim te combineren kan je er zelfs een volledige woning mee optrekken.

## #3

### Kangoeroewonen en cohousing

We gaan niet alleen kleiner, maar ook hoger en dichter bij elkaar bouwen. Er zijn ook steeds meer eenpersoonshuishoudens: tegen 2060 zou de helft van alle Belgische huishoudens uit één persoon bestaan. Alternatieve vormen van samenwonen worden dan ook populairder, zowel uit financiële, praktische als ecologische overwegingen. Bij kangoeroewonen wonen twee gezinnen onder één dak. Zo kunnen twee gezinnen, vaak ouders en kinderen, apart wonen en hun privacy behouden en toch een beroep doen op elkaars hulp. Cohousing is een woonvorm waarbij groepen bewoners in aparte woningen gemeenschappelijke voorzieningen gebruiken. Dat stimuleert het onderling contact. 's Ochtends maak je een praatje bij de gedeelde fietsenstalling en bij mooi weer kan je samen aperitieven in de gemeenschappelijke tuin.

#### Tip

*Bij kangoeroewonen leven twee generaties samen onder één dak. Zijn er twee aparte wooneenheden, dan heb je een verzekering als 'appartementsgebouw' nodig. Elke gebruiker verzekert zijn gedeelte als appartement en kan ook zijn inboedel verzekeren. Is er één gemeenschappelijke woonzone, dan volstaat een verzekering voor een eengezinswoning.*



## #4

### Intelligent wonen

Slimme toepassingen maken onze woningen energiezuiniger en sturen ons energieverbruik beter. Domotica en andere slimme oplossingen verhogen ook het leefcomfort in huis. Ze zorgen voor verwarming, licht en geluid waar en wanneer jij het wil. Ook je verlichting, ventilatie en veiligheidssystemen kan je automatisch aansturen, waardoor ze efficiënter werken en je veel energie bespaart. En door de vaatwasser of wasmachine overdag te laten draaien, maak je maximaal gebruik van de productiecapaciteit van de zonnepanelen op het dak.

## #5

### Industrieel wonen

Fabriekspanden en oude loodsen worden omgetoverd tot mooie woningen, lofts en appartementen. Wonen in een industrieel pand is niet alleen trendy, maar sluit ook aan bij het circulair bouwen. Je drukt ook de kosten omdat de oorspronkelijke elementen zichtbaar blijven en er geen voorzetwanden worden gebruikt. Door oude bedrijfsgebouwen een nieuwe woonfunctie te geven en authentieke elementen te combineren met hedendaagse toepassingen, verzoen je oud en nieuw op een duurzame wijze.

#### Tip

*Niet thuis? Met een slimme deurbel weet je altijd wie er voor de deur staat. Je kan de bezoeker zien en zelfs antwoorden. En slimme verlichting 's avonds en 's nachts is prima inbraakpreventie tijdens je vakantie of afwezigheid.*

**DE VASTGOEDPRIJZEN SWINGEN DE PAN UIT EN OOK BOUWMATERIALEN WORDEN DUURDER. WIE WIL BOUWEN OF VERBOUWEN, MOET STEEDS DIEPER IN DE GELDBUIDEL TASTEN.**



# MAAK JE WONING WINTERKLAAR

Met de winter voor de deur zetten we de verwarming graag een graadje hoger. Check dan wel vooraf even de goede werking van je schouw, verwarmingstoestellen en boiler. Zo voorkom je schoorsteenbrand en CO-intoxicatie, met vaak ernstige en soms zelfs dodelijke gevolgen. Het onderhoud van een centrale verwarmingsinstallatie, inclusief de schoorsteen, is wettelijk verplicht. Vergeet je dat onderhoud en ontstaat er brand of andere schade, dan kan de brandverzekering het contract na het schadegeval of bij de eerstvolgende vervaldag opzeggen. Ook de rest van je woning mag je niet laten verkommen. Hou je huis en alle installaties in goede conditie, zo kom je niet voor onaangename verrassingen te staan. Beter voorkomen dan genezen dus. Waar moet je zoal op letten?

## ■ Onderhoud ketel en schouw

Je centrale verwarming en schouw onderhouden is belangrijk voor je veiligheid, om energie te besparen én voor het milieu. Het is verplicht en moet gebeuren door een erkend cv-techniker. Die controleert je cv-ketel op slijtage, goede werking, veilige afvoer van rookgas en rendement. Zo ben je zeker dat de ketel voldoet aan de wettelijke vereisten en goed functioneert. Een ketel op aardgas heeft een tweejaarlijks onderhoud nodig, een ketel op stookolie een jaarlijks onderhoud. De reiniging van de schoorsteen moet volgens dezelfde frequentie gebeuren.

## ■ Hou dakgoten en ventilatieroosters schoon

Check regelmatig of de dakpannen nog recht liggen en of de aansluiting van het dak op de dakgoot goed zit. Doe dat zeker na een onweer of storm. Een dakgoot beschermt het huis tegen overtollig regenwater. Hou dus alle afvoeren en dakgoten vrij van bladeren, mos of ander vuil. Controleer ook of de ventilatieroosters in de muren niet zijn verstopt. Een mechanische ventilatie moet je goed onderhouden en regelmatig schoonmaken. Als je de woning niet optimaal ventileert, kan dat leiden tot schimmelvorming.

## ■ Schilder houten schrijnwerk

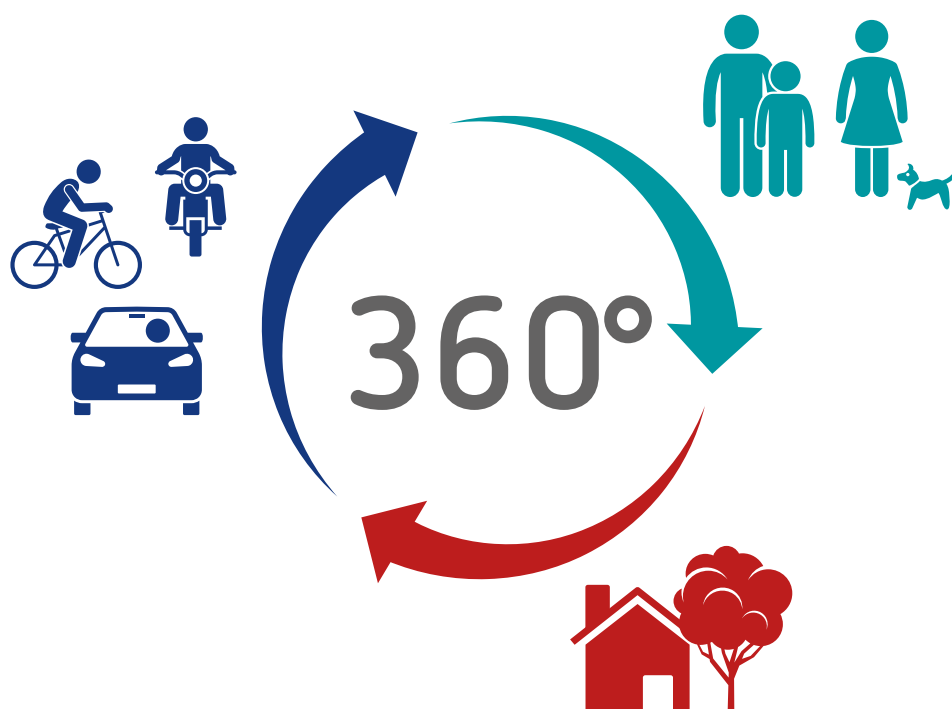
Een meer intensief werkje is het schilderwerk aan ramen, deuren en ander houtwerk. Een goede verf of ander houtbeschermingsproduct beschermt het hout tegen de weersinvloeden. Gemiddeld om de 6 tot 10 jaar moet je het houten schrijnwerk opnieuw schilderen. Als je verkleuringen, blaasjes of kleine scheurtjes opmerkt, weet je dat het tijd is voor een nieuw onderhoud. Zet het hang- en sluitwerk van je ramen en deuren in de olie om te voorkomen dat ze gaan klemmen of defect raken.

## ■ Isoleer meer

Een goed geïsoleerde woning heeft alleen maar voordelen. In de zomer blijft het altijd lekker koel binnen en in de winter hoef je minder hard te stoken. Een kleiner energieverbruik betekent ook een lagere energierekening. Dat is leuk voor je portemonnee én goed voor het milieu. Isolatie dempt bovendien ook het straatgeluid, waardoor je binnen echt tot rust komt. Een woning met goede isolatie krijgt ook een beter energielabel, waardoor de marktwaarde stijgt.

**HET ONDERHOUD VAN EEN CENTRALE VERWARMINGSINSTALLATIE, INCLUSIEF DE SCHOORSTEEN, IS WETTELIJK VERPLICHT.**





**360° verzekerd bij een specialist**    **Juridische bescherming voor alles wat telt in één polis**

Het leven is niet in vakjes op te delen. Om al je belangen te kunnen beschermen, voorzien wij een **overkoepelende verzekering rechtsbijstand**. Heel je gezin, je volledige mobiliteit (inclusief auto) én je woning zijn verzekerd in één polis. Ontdek onze 4 formules\* en alle productinformatie op [www.euromex.be](http://www.euromex.be).



**Je Makelaar**  
Je beste  
Verzekering

**Bepaal welke polis het best bij jou past, samen met je makelaar.**

\* Ons productaanbod: Privéleven - Privéleven Contracten - Privéleven Extra - Privéleven All-risk



rechtsbijstand | protection juridique

V.U.: Euromex NV - Generaal Lemanstraat 82-92 – 2600 Berchem (maatschappelijke zetel) BTW BE 0404.493.859 - Verzekeringsonderneming toegelaten onder code 0463, onder toezicht van de Nationale Bank van België, de Berlaimontlaan 14, 1000 Brussel, [www.bnb.be](http://www.bnb.be) en De Autoriteit voor Financiële Diensten en Markten (FSMA), Congresstraat 12-14, 1000 Brussel, biedt uitsluitend rechtsbijstandverzekeringen aan. Ben je het niet met ons eens? Contacteer onze klachtendienst via [klachtenbehandeling@euromex.be](mailto:klachtenbehandeling@euromex.be).

# COACHEN IS MENSEN AANVOELEN

## Dominique Monami, van topsporter tot mental coach

27 september 2000. Het tennisduo Els Callens en Dominique Monami schrijft Belgische sportgeschiedenis. Op de Olympische Spelen van Sydney veroveren ze de bronzen medaille in het dubbelspel. Die medaille is het orgelpunt van de carrière van Monami. De bekroning voor 10 jaar proftennis en een schier eindeloze reis rond de wereld. Meer dan 20 jaar later kijkt Dominique Monami trots terug. Maar ze is ook fier op wat ze in de jaren erna heeft gepresteerd als keynotespreker, mental coach en loopbaanbegeleider.

Maar eerst nog even terug naar het tennisveld. Want er was veel meer dan die bronzen plak op de spelen. Monami speelde 10 jaar proftennis. En met veel succes: in 1998 stond ze op plaats 9 op de wereldranglijst. Dat succes kwam er niet zomaar. In 1997 had ze al Arantxa Sanchez geklopt, toen de nummer 2 van de wereld. "Door van haar te winnen kreeg ik meer zelfvertrouwen. Voor mij was het een mentaal keerpunt toen ik ook kon winnen van een top 10-speelster. Dat gaf me een echte boost."



*Els Callens en Dominique Monami veroverden de bronzen medaille in het dubbelspel op de Olympische Spelen van Sydney.*

Een combinatie van talent, zelfvertrouwen en ervaring zorgde ervoor dat Monami jaren aan de absolute top van het tenniscircuit zou meedraaien. "Dat lijkt glamoureuus, maar het is best een eentonig en eenzaam leven. Alles staat in het teken van de sport. Echte vriendinnen had ik niet in het circuit, want de dag nadien konden ze mijn tegenstrever op het veld zijn. Al heb ik met Els Callens wel een vriendschap voor het leven gesmeed."

### Mentale kracht

Als je de beste Belgische tennisspeelster van jouw generatie bent, lijkt een job als tenniscoach na je eigen carrière een evidentie. Maar dat is niet de weg die Monami bewandelde. "Na Sydney werd ik direct zwanger. Nadien volgde een korte sabbatical om mijn professionele toekomst te bepalen. Het was snel duidelijk dat ik geen tenniscoach wilde worden. Als topsporter kende ik mezelf heel goed



### Dominique Monami (1973) is Business & Mental Coach

- Voormalig toptennisspeelster
- Woont in Leest, deelgemeente van Mechelen
- Houdt van golf en koken

[www.dominiquemonami.com](http://www.dominiquemonami.com)  
[www.bettermindsatwork.com](http://www.bettermindsatwork.com)

## BURN-OUT VOORKOMEN? DE BASIS IS SIMPEL EN EVIDENT. KEN JEZELF EN LUISTER NAAR JE LICHAAM.

en ik wist dat dat geen talent van mij was. Voor mij was het eerder een energievreter dan een energiebooster.”

En dus ging Monami op zoek naar andere uitdagingen. “Na mijn sportcarrière wilde ik niet eender wat doen. Ik zocht iets voor de lange termijn, waar ik zelf als mens in kon groeien. Mijn interesse ging uit naar het mentale welzijn van mensen. Dat kende ik al vanuit de sportwereld. Het vermogen om met stress om te gaan, energie te kanaliseren en een grote mentale kracht waren mijn grootste troeven tijdens mijn sportloopbaan. Dat wou ik aan anderen doorgeven. En dus ben ik me gedurende enkele jaren hierin blijven bijscholen en ontwikkelen.”

### Inspireren en motiveren

Sinds 2004 helpt Monami leidinggevend, professionals en atleten om het beste uit zichzelf te halen. Ze gaat samen met hen op zoek naar motivatie en veerkracht tijdens coachingsessies en workshops. “Energie en veerkracht zijn zeer actuele thema's, net als stress en burn-out. Ik werk aan een boek dat daarover gaat: *Boost je energie*. Het verschijnt

volgend jaar en bundelt mijn kennis en ervaring over deze onderwerpen.”

Monami geeft ook regelmatig voordrachten. “Ik wil iets teruggeven aan de maatschappij. Vanuit mijn sportervaring wil ik anderen inspireren om hun kracht te vinden en dat potentieel te gebruiken om hun bedrijf en medewerkers positief te beïnvloeden. Dat combineer ik met loopbaanbegeleiding voor de VDAB en sinds kort ook voor Sport Vlaanderen. Daar begeleid ik enkele ex-topsporters bij de heroriëntering na hun carrière.”

### Weg met energievreters

We zitten in een moeilijke periode van coronamaatregelen en telewerken. Niet iedereen vindt het juiste evenwicht. Steeds meer mensen worden (het) moe. Burn-outs en depressies zijn het gevolg. Als mental coach biedt Monami ondersteuning. Ze combineert haar ervaring als topsporter met haar opleiding als coach.

Burn-outs voorkomen is natuurlijk beter dan ze te genezen. Maar hoe doe je dat? Monami ziet een aantal

manieren. “De basis is simpel en evident. Ken jezelf en luister naar je lichaam. Slaap voldoende, eet gezond en beweeg regelmatig. Geef je lichaam en je brein voldoende rust. Als je weet wat je energie geeft en wat je energie kost, kan je stoorzenders en energievreters proberen uitschakelen. Ook bedrijven hebben hierin een opdracht. Door als leidinggevende je mensen goed te kennen, kan je tijdig signalen detecteren. En door vervolgens de juiste vragen te stellen, nodig je mensen uit om erover te praten.”

Naast haar professionele bezigheden is Monami actief bij verschillende sportorganisaties en federaties. Recent werd ze nog verkozen als vicevoorzitter van het Belgisch Olympisch Comité. Dat zorgt voor een drukke agenda. Hoe voorkomt ze dat ze zelf in het rood gaat? “Ik probeer alleen de dingen te doen die ik graag doe. En regelmatig maak ik tijd om te deconnecteren. Dan trek ik naar de golfbaan. Ik hou ervan om buiten in het groen te zijn en al spelend te bewegen. Koken is een andere passie, ik heb zelfs een diploma als souschef. En ik slaap als een marmot: veel, diep en rustig.” *(lacht)*



# TELEWERKEN VOOR GEVORDERDEN

Telewerken. Voor de één werkt het, voor de ander is het een noodzakelijk kwaad. Feit is dat we het wellicht nog even moeten volhouden. Ben jij werkgever? Met deze tips voor gevorderden hou je je werknemers gelukkig en gemotiveerd!

## Hou je bedrijfscultuur levend

Ook al ben je niet fysiek samen, geef je werknemers toch af en toe een stand van zaken. Een **maandelijke update via video** is een goed idee. Laat je gezicht zien en vertel over de doelstellingen, resultaten of veranderingen in je bedrijf. Geef je collega's zeker ook de kans om vragen te stellen bij een virtuele koffieklets.

## Geen gezonde geest zonder gezond lichaam

Thuiswerkers die bijna vergroeid zijn met hun stoel? Vraag je teamleaders om **wandelmeetings** in openlucht te organiseren, het liefst in kleine groepjes. Brainstormen of een idee pitchten kan ook ver weg van een vergaderzaal!

## Sporting apart together

Sommige van je werknemers kunnen misschien wel een extra **sportieve challenge** gebruiken. Daag ze uit om x aantal kilometer te wandelen, joggen, skaten of fietsen. Verzin een sportieve **#hashtag** en laat ze hun individuele inspanningen delen op sociale media of intranet. Wedden dat dat groepsgevoel groeit?

## Focus x 25

Collega's die thuis snel afgeleid zijn? Verklap ze de **pomodoro-techniek**: je neemt een timer (een keukenwekker in de vorm van een tomaat of gewoon je smartphone) en zet hem op 25 minuten. In die tijdspanne laat je je door niets afleiden: noch door sociale media, noch door je huisdieren of allerlei pop-ups. Na elke 25 minuten heb je 3 à 5 minuten pauze en kruis je vast iets af van je to-dolijst!

## Blijf zen ondanks online meetings

Een tip voor de fanatieke bellers in je team: wist je dat een **witte, rustige achtergrond** tijdens het videobellen het brein van de andere persoon het minst belast? Een drukke boekenkast of interieur met persoonlijke details zou ervoor zorgen dat iemand in zijn onderbewuste van alles gaat invullen ... Wat de hersenen des te meer vermoeit!

## De gezondheid van je werknemers is het hoogste goed.

Maar iedereen kan ten prooi vallen aan een langdurige ziekte.

Wist je dat er verzekeringscontracten bestaan die medewerkers begeleiden die bijvoorbeeld uitvallen met een burn-out? Die begeleiding helpt hen om er weer bovenop te komen, zodat je ze snel weer op kantoor verwelkomt.

Het loont zeker de moeite om samen met je verzekeringsmakelaar te bekijken hoe je zowel de continuïteit van je bedrijf verzekert als je medewerkers ondersteunt: met een aanvullende verzekering, een hospitalisatieverzekering, een verzekering gewaarborgd inkomen...

**WIST JE DAT EEN WITTE, RUSTIGE ACHTERGROND TIJDENS HET VIDEOBELLEN HET BREIN VAN DE ANDERE PERSOON HET MINST BELAST?**

## KLAAR OM TE INVESTEREN IN VASTGOED

Overweeg je je droomflat aan zee te kopen of wil je investeren in een huis om te verhuren? Er zijn verschillende manieren om zo'n vastgoedproject te financieren.

### Hypotheek of voorschot op de IPT?

Je vastgoedproject financieren kan op verschillende manieren. Je kunt je eigen middelen gebruiken, geld lenen of een voorschot nemen op je groepsverzekering of IPT-contract (Individuele Pensioentoezegging).

Je **eigen middelen** gebruiken is wellicht niet de meest financieel voordelige oplossing gezien de lage rente.

Een andere oplossing is **geld lenen**. Het afsluiten van een hypotheek is de meest traditionele oplossing, maar bij de aankoop van een tweede woning zijn de belastingvoordelen klein en je maandlasten vrij hoog (in vergelijking met de huuropbrengsten).

Je vastgoedproject financieren kan ook **door een voorschot aan te vragen op je groepsverzekering of, als je zelfstandige bent, door een voorschot aan te vragen op je IPT**. In het algemeen kun je een voorschot krijgen tussen 60 en 75% van de opgebouwde reserves (afhankelijk van de maatschappij).

Als zelfstandige in natuurlijke persoon kan je dit doen via je VAPZ (Vrij Aanvullend Pensioen voor Zelfstandigen).

### Ideaal voor ondernemers

Voor jou als ondernemer zijn alle ingrediënten aanwezig bij deze formule: je kan verder investeren in je zaak zonder aan je kapitaal te raken, je koopt of renoveert vastgoed met een kans op meerwaarde en je bent zeker dat het kapitaal op het einde van de looptijd terugbetaald wordt via de IPT.

### Een combinatie is dus ideaal:

**je neemt een bulletkrediet (of Vaste Termijn Krediet) en stelt je IPT-contract als onderpand.**

#### IPT (Individuele Pensioentoezegging)

De IPT is een levensverzekering die de begunstigde (een zelfstandige of werknemer) in een aanvullend pensioen voorziet.

##### Voordelen:

- Het bedrijf sluit de polis af en betaalt de premies. Jij bent de verzekerde.
- Op pensioengerechtigde leeftijd ben jij de begunstigde.
- Het kapitaal wordt belast tegen een preferentieel tarief.
- Je kan bijkomende waarborgen onderschrijven zoals 'overlijden'.
- Het is vaak aantrekkelijker dan een loonsverhoging.
- De IPT kan ook gebruikt worden voor de financiering van een vastgoedproject.

### Wat is een bulletkrediet?

Het bulletkrediet is een vorm van hypothecair krediet waarbij je tijdens de looptijd alleen interesten betaalt. De terugbetaling van het geleende bedrag vindt pas plaats na het verlopen van de krediettermijn. De intrestvoet van een bulletkrediet is iets hoger dan een conventionele lening, maar dat wordt ruim gecompenseerd door de lagere kosten.

## SCHULDSALDOVERZEKERING: WARM AANBEVOLEN

Een schuldsaldoverzekering of een tijdelijke overlijdensverzekering is niet vereist, maar wel sterk aan te raden:

- Het afsluiten van een overlijdensverzekering bij een krediet biedt vaak een verlaging van de rentevoet van het krediet (dit is bijvoorbeeld het geval bij AXA en Elantis). In euro omgerekend komt deze verlaging, afhankelijk van de leeftijd, overeen met 20, 30...of zelfs 50% van het bedrag van de verzekeringspremie.
- Een overlijdensverzekering geeft gemoedsrust, garantie van behoud van het patrimonium en van het kunnen betalen van de successierechten.
- Het is een bescherming tegen de schommelingen van de vastgoedmarkt.
- Deze verzekering kun je als zelfstandige of bedrijfsleider ook afsluiten in de vorm van een IPT bij overlijden, als aanvulling op je IPT (pensioenluis). Een afzonderlijk contract overlijden heeft vaak een lagere premie dan een dekking in combinatie met je pensioen- of spaarluis. **Op die manier optimaliseer je ook het rendement van je pensioenluis.**

Raadpleeg voor meer informatie je AQUILAE-adviseur.



## SLIM VERZEKERD? MEER BUDGET!

Nieuw jaar, nieuwe plannen! Eindelijk die reis naar Mexico, een zwembad laten aanleggen of je inschrijven voor die kookcursus... Maar al die plannen kosten ook weer geld. Wat als wij je vertellen dat je met enkele ingrepen je verzekeringsbudget beter onder controle kan houden? En je dus meer geld overhoudt voor de leuke dingen in het leven?

Hoeveel verzekeringen heb jij? Je autoverzekering, de familiale, de brandverzekering... En je partner? Twee mensen die gaan samenwonen, hebben maar één familiale verzekering nodig, dat is logisch. Als je plannen hebt om in te trekken bij een nieuwe partner, komt het misschien niet meteen in je op om je verzekeraar in te lichten, maar toch is dat een goed idee. Hoe beter je verzekeringsmakelaar op de hoogte is van je gezinssituatie, hoe meer hij verzekeringen op maat kan voorstellen.

Maak ook zelf eens een lijstje en check welke verzekeringen echt nodig zijn. Is je gsm nog zoveel waard als toen je hem aankocht? Misschien hoeft die gsm-verzekering niet meer. Bekijk zeker ook eventuele verzekeringen die lopen via je werkgever. Wat dekken die?

### Bundel en bespaar

Is het doorheen de jaren zo gegroeid dat je je familiale verzekering bij kantoor A hebt, je

schuldsaldoverzekering bij kantoor B, en je auto via je garagist verzekerd is? Dan kan het voordeliger zijn om al die verzekeringen te bundelen bij één maatschappij. Vraag na bij je verzekeringsmakelaar of je korting kan krijgen als je overschakelt op een 'pakket' van één maatschappij.

**Geen nood:** al die verzekeringen opzeggen hoeft geen gedoe te zijn. Je verzekeringsmakelaar neemt het aanpassen van de contracten graag voor zijn rekening.

## Stop met roken

Ook door te stoppen met roken kan je besparen op je verzekeringsbudget. Met name je schuldsaldoverzekering wordt beïnvloed door je rookgedrag. De verzekeraar bepaalt zijn tarief immers aan de hand van enkele criteria waarmee hij inschat hoe groot de kans is dat je zou overlijden voor de lening is afbetaald. En ja: daarin speelt rookgedrag een rol, aangezien rokers statistisch gezien een grotere kans hebben op een vroegtijdig overlijden.

Stop je met roken tijdens de looptijd van je schuldsaldoverzekering? Check dan bij je verzekeringsmakelaar of je recht hebt op een aanpassing van je contract. Er is wel één voorwaarde: je moet de sigaret al minstens één jaar hebben afgezworen.

Over schuldsaldo gesproken: als je je hypothecaire lening vervroegd hebt afbetaald, dan vervalt ook het nut van de schuldsaldoverzekering. Maar misschien heb je het volledige bedrag betaald bij de start van je lening? Dan zou je recht kunnen hebben op een gedeeltelijke terugbetaling van de premie.

## Hogere franchise: goed idee?

Bij een verzekering geldt meestal een franchise: het bedrag dat je zelf draagt voor de verzekering tussenkomt. Hoe hoger dat bedrag, hoe lager de kostprijs van de verzekering. Bekijk voor elk risico dus hoe hoog het bedrag is dat je zonder al te veel problemen zelf kan dragen. En kies de franchise in overeenstemming.

Ook polissen vergelijken werpt zijn vruchten af. Dat doet je onafhankelijke Aquilae-verzekeringmakelaar met veel plezier voor jou. Bovendien zorgt ons uitgebreid netwerk ervoor dat we vaak aantrekkelijke prijzen kunnen onderhandelen bij de verzekeringsmaatschappijen.

## Kort samengevat

- Sluit dubbele verzekeringen uit
- Vraag aan je verzekeringsmakelaar of je korting kan krijgen door verzekeringen te combineren
- Check of je verzekerde risico's veranderd zijn (verminderd in waarde of gewoon verdwenen)
- Verhoog je franchise

## Besparen op het verzekeringsbudget van je bedrijf

**Als zaakvoerder wil je dat je bedrijf en je medewerkers correct verzekerd zijn: dat is logisch. Maar vraag je je geregeld af of je polissen wel nog altijd op maat van jouw situatie zijn?**

### → Vraag jaarlijks een check-up

Er is één manier om daar helemaal zeker van te zijn: vraag jaarlijks een check-up van je verzekeringsportefeuille aan je verzekeringsmakelaar. Zo vermijd je dat je over- of onderverzekerd bent. Bovendien is zo'n check-up een goed moment om eventueel een betere polis of betere voorwaarden te onderhandelen bij de verzekeringsmaatschappijen.

### → Investeer in preventie

Als werkgever ben je verplicht om voor elke werknemer een arbeidsongevallenverzekering af te sluiten. De kostprijs daarvan kan zwaar doorwegen op het bedrijfsbudget. Maar kan je aantonen dat je preventiemaatregelen hebt genomen? Dan kan dat resulteren in een lagere verzekeringspremie.

Schakel een preventie-adviseur in om aanbevelingen te krijgen over het verkleinen van risico's op de werkvloer. Denk aan bijscholing voor je medewerkers, rond het gebruik van nieuwe machines of gevaarlijke producten bijvoorbeeld.

Hetzelfde principe geldt voor de steeds warmer aanbevolen cyberverzekering. Engageer je om je medewerkers te sensibiliseren rond cyberaanvallen, niet alleen om je bedrijfscomputers veilig te houden, maar ook om de kostprijs van je premie te drukken.

**Tip:** vraag bij je verzekeringsmakelaar of hij kan helpen met een preventiespecialist van een partnermaatschappij.

### → Maak gebruik van belastingvoordelen

Met verzekeringspaarformules als het Vrij Aanvullend Pensioen voor Zelfstandigen (VAPZ), de Pensioenovereenkomst voor Zelfstandigen (POZ) en de Individuele Pensioentoezegging (IPT) als je een vennootschap runt, geniet je van interessante belastingvoordelen.

Laat ook deze premies regelmatig nakijken door je verzekeringsmakelaar, zodat je je fiscaal voordeel optimaal kan inzetten om de druk op het bedrijfsbudget wat te verlichten.

# BERGEN TIPS VOOR EEN VEILIGE SKIVAKANTIE

Sta jij straks op de latten of ga je tijdens de après-ski op de lappen? Wij geven je nu al 10 tips mee voor de *avant-ski*. Want een beetje voorbereiding kan nooit kwaad, als je op wintersport gaat.

1

## Leg je vakantie niet aan banden

Wie met de auto richting de sneeuw rijdt, voorziet het best **winter-** of **vierseizoensbanden**. In Duitsland, Luxemburg en de bergregio's zijn die verplicht. Bovendien heb je zo meer grip op dat verse, krakende laagje sneeuw en zelfs op ijs.

2

## Sneller sneeuwpret met een vignet

Reis je met de wagen naar het Tirolse Ischgl of het mondaine Sankt Moritz? Denk er dan aan dat je een **vignet** nodig hebt op de snelweg in Oostenrijk en Zwitserland. Tenzij je graag in de file staat, bestel je die in minder dan 1 minuut op **wegenvignet.be**.

3

## Sneeuwketting brengt redding

Volstaan je winterbanden niet op de besneeuwde bergwegen? Gelukkig denk jij er dit jaar wel aan om **sneeuwkettingen** mee te nemen in de juiste wielmaat. Ook handig om bij te hebben: werkhandschoenen, een zaklamp én een handige how to-video op YouTube!

4

## Geen skipas zonder coronapas

Waar je vroeger enkel een **skipas** op zak moest hebben, heb je vandaag in veel wintersportlanden ook een **coronapas** en **mondmasker** nodig. Zeker als je na je afdaling op de bergpas ook nog wil wagen aan die *Schnitzel mit Pommies*.







5

### Werk aan die conditie

Al gestart met je goede voornemens? Een skivakantie in zicht is dé stok achter de deur om je **basisconditie** te verbeteren. Nee, je hoeft niet naar de sportschool. Met een **springtouw** kan je ook thuis onmiddellijk aan de slag.

**Enkele variaties:** spring met 2 benen, met kleine pasjes van links naar rechts, naar voor en achter, al rennend, met de knieën omhoog, hielen tegen je zitvlak, op 1 been, en freestyle voor de waaghalzen!

6

### Doe de flamingo

Nee, je hoeft geen roze skipak aan. Maar wil je niet met je gezicht in de sneeuw belanden? Train dan je **evenwicht** met de **flamingo-oefening**. Sta 1 minuut op je ene been en maak cirkels met je vrije voet. Wissel af met je andere been, en herhaal de oefening een 3-tal keer.

7

### Eentje voor de spieren

Voor je je uitleeft op je board of latten, kan je 'planken'. Een perfecte oefening om je **buik- en rugspieren** te versterken. Hou je lichaam in een rechte lijn en steun op ellebogen en tenen. Start met 3 reeksen van 30 seconden met telkens 1 minuut rust. Bouw zo verder op!

8

### Tijd voor een opwarmertje

Zakken de temperaturen onder nul of ben je een echte koukleum? Investeer in **thermo-ondergoed** en handige **hand- en voetwarmers**. Neem je ook genoeg theezakjes mee? Die stop je (droog!) in je dampende ski- of snowboardschoenen om de zweetgeur te verdrijven.

9

### Nooit meer verdwalen

Verken vooraf de **pistekaarten**: online, via de **Bergfex Ski-app** of via een app van je eigen skigebied. Zo ontdek je afdalingen op jouw niveau, sleeparcours, openingstijden van de skiliften ... Of de kortste weg naar het dichtstbijzijnde zonovergoten terras!

10

### Vertrek verzekerd op vakantie

Wil je met een gerust gevoel op weg, dan is een **bijkomende reisverzekering** geen overbodige luxe. Soms kan je een beroep doen op je auto- of brandverzekering, je hospitalisatieverzekering of je familiale. Maar heb je een ski-ongeval? Dan kan je zonder aanvullende verzekering wel eens van een kale reis thuiskomen ...

**Vraag daarom naar een reisverzekering op maat bij je verzekeringsmakelaar.**



# OP STAP IN EEN WINTERS LANDSCHAP

Niets zo verkwikkend als een stevige winterwandeling! Geniet extra van het stille landschap – en eventueel krakende sneeuw – langs zogenaamde ‘trage wegen’. Op die rustige, verkeersveilige wegen hebben wandelaars, fietsers en ruiters het rijk voor zich.

## Deze routes zijn het ontdekken waard:

### 1/ Schepswandeling

Vanaf de Sint-Odradakapel vertrek je voor 6,9 km over vlonderpaden en langs beekjes, door moerassen en weilanden. Onderweg pauzeer je op een heus picknickeiland en in een vogelkijkhut. Met wat geluk spot je ijsvogels of herten.

Ontdek een heerlijk stukje Kempen op: [ontdekbalen.be/doen/wandelen/schepswandeling](http://ontdekbalen.be/doen/wandelen/schepswandeling)

### 2/ Muziekbos – Sint-Pietersbos

Een van de vier uitgestippelde tragewegenwandelingen van de stad Ronse leidt je door beukenbossen op getuigenhellingen. In het voorjaar stap je te midden van kleurrijke bloementapijten, maar deze tocht van 9 km is mooi in elk seizoen.

Vind deze en andere wandelfolders op [www.ronse.be/nl/trage-wegen](http://www.ronse.be/nl/trage-wegen)

### 3/ Rondje Bouillon

In de schaduw van het Kasteel van Bouillon vertrek je voor 7 km over bospaden en verkeersluwe baantjes langs de Semois. Wandel met de klok mee om het toetje voor laatst te houden: een magnifiek zicht vanop een uitkijktoren.



©FLAVIU BOERESCU - STOCK.ADOBE.COM

Meer info op [bit.ly/rondkasteelbouillon](http://bit.ly/rondkasteelbouillon)

## Val op in de valavond

Zelfs als je onderweg bent op trage wegen, is het belangrijk om gezien te worden. Vroeg of laat steek je immers toch een straat of steenweg over. Zeker in de ochtendschemering of bij valavond draag je het best fluorescerende kleding. Overdreven? Bedenk dat een auto bij een snelheid van 50 km/u 26 meter nodig heeft om te remmen. Bij 120 km/u is dat zelfs 102 meter. Een chauffeur merkt een donker geklede voetganger pas op 20 meter afstand op. Met reflecterende kledij ben je al vanop 150 meter zichtbaar voor autobestuurders. Meters die een cruciaal verschil maken.



## STEEDS POPULAIRDER: DE STEP

Je ziet ze steeds vaker voorbijzoeven: elektrische steps. Verplaats jij (of je kind) je met zo'n e-step, dan is opvallen van levensbelang. Vorig jaar werden meer dan 400 ongevallen met elektrische steps geregistreerd. Draag dus zeker als je sneller gaat altijd fluorescerende en reflecterende kledij. Twijfel je of je familiale verzekering je beschermt als je schade aan derden veroorzaakt met je step? Je verzekeringsmakelaar weet raad.



# STERK NETWERK

De Aquilae-makelaars hebben kantoren op 50 plaatsen in België.

Van de Ardennen tot aan de Zee.

En français of in het Oïlsters.

Van Bachten de Kupe tot in het gezellige Limburg.

**Lokaal staan we sterk. Samen nog veel sterker.**



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

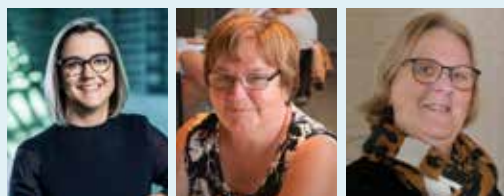
Oostendsebaan 8, 8470 Gistel  
Tel. 059 79 00 05

### Algemeen

info@znv.be

### Medewerkers

Johan Bonne	johan@znv.be
Peter Carrewyn	peter@znv.be
Vincent Defreyne	vincent@znv.be
Valerie Marchand	valerie@znv.be
Johnny Carpentier	johnny@znv.be
Geert Vanhoutte	geert@znv.be
Dirk Goudeseune	dirk@znv.be
Eveline Vander Beke	eveline@znv.be
Martine Carrewyn	martine@znv.be
Annick Hubrouck	annick@znv.be
Tinne Dejonghe	tinne@znv.be
Oona Van Rysselberghe	oona@znv.be
Debby Dhauw	debby@znv.be
D'Arcy Defraene	darcy@znv.be
Christine Vanbavinckhove	christine@znv.be
Ingrid Vanhooren	ingrid@znv.be



### Valerie, Christine en Ingrid vertellen....

We verheugen er ons al op om vanaf 1 januari deel uit te maken van het team van Zeker & Vast.

Een nieuwe start voor ons met een veelbelovend toekomst. We komen in een sterke organisatie terecht en zullen er onze schouders onder zetten om samen een succesverhaal te schrijven.

Zeker & Vast is ook onze leuze. We zien er naar uit om nieuwe mensen te leren kennen.



www.znv.be  
facebook.com/zekerenvast  
linkedin.com/company/zekerenvast

Maak zelf uw afspraak met één van onze medewerkers via onze site [www.znv.be](http://www.znv.be)



### BRIEVENBUS KANTOOR SNAASKERKE.

Voor de klanten is het nog mogelijk om documenten in de brievenbus aan het oude kantoor in de Dorpsstraat 36 te stoppen. (tot nader bericht)

Ondernemingsnummer: RPR BCD Finance  
BV 0733.862.408 en BCD Insurance BV 0733.861.913



### INZICHT IN PAPIEREN VERSIE

Wenst u ons driemaandelijks infoblad INZICHT toch nog op papier te ontvangen, laat het ons dan weten op [info@znv.be](mailto:info@znv.be). Vanaf nu zal INZICHT standaard via mail worden overgemaakt.

### WERKING BANKVERRICHTINGEN CRELAN

- Loket Crelan is vrij open in de voormiddag van 9.00 tot 12.30 uur. (rekeningen - kaarten - info) We kunnen geen geldtransacties uitvoeren aan het loket.
- CASH-TRANSACTIES worden aan de bankautomaat uitgevoerd.
  - Afhalen tot maximaal 500 euro ( standaard )
  - Stortingen tot maximaal 5000 euro ( standaard )
  - De limieten kunnen verhoogd worden - info aan ons Crelan-loket.
- Grotere stortingen en afhalen in cash kunnen enkel
  - In de voormiddag tussen 9.00 en 12.30 uur
  - Cash afhalen minstens één dag voordien reserveren
  - Bij voorkeur afspraak maken. ( wachten vermijden )
- Voor uw beleggingen en kredieten, werken we enkel op afspraak. We maken dan tijd voor u vrij om een optimale service te kunnen aanbieden.

### KANTOOR GESLOTEN TIJDENS HET JAAREINDE EN HET 1DE KWARTAAL 2022

Vrijdag 24 december	Kerstavond
Vrijdag 31 december	Oudejaarsavond

In het eerste kwartaal van 2022 zijn er geen sluitingsdagen, tenzij we daartoe verplicht worden van overheidswege omwille van Covid-19 maatregelen.

### KOM UW KALENDER OF AGENDA VOOR HET JAAR 2022 AFHALEN BIJ ONS OP KANTOOR.

Gelieve hiervoor de openingsuren in de voormiddag te gebruiken aub. In de namiddag ontvangen we u graag op afspraak.