

**Liberaal Mutualiteit - Vlaams Gewest**  
 Prieelstraat 22 - 1730 Assse  
 ☎ 02/452.90.10 - 02/454.06.70  
 ☎ 02/452.62.20  
 info@lmvig.be - www.lmvig.be

**Liberaal Mutualiteit West-Vlaanderen**  
 Revillipark 1 - 8000 Brugge  
 ☎ 050/45.01.00 - ☎ 050/45.01.02  
 info@lmwvl.be  
 www.lmwvl.be

**Liberaal Mutualiteit Limburg**  
 Geraetsstraat 20 - 3500 Hasselt  
 ☎ 011/29.10.00 - ☎ 011/22.20.67  
 info@lml.be  
 www.lml.be

**Liberaal Mutualiteit van Brabant**  
 Koningsinneplein 51-52 - 1030 Brussel  
 ☎ 02/209.48.11 - ☎ 02/219.01.54  
 info@mut403.be  
 www.libmutrab.be

**Liberaal Mutualiteit van Oost-Vlaanderen**  
 Brabantdam 109 - 9000 Gent  
 ☎ 09/223.19.76 - ☎ 09/224.11.74  
 info@libmutov.be  
 www.libmutov.be

**Liberaal Mutualiteit Provincie Antwerpen**  
 Lange Nieuwstraat 109 - 2000 Antwerpen  
 ☎ 03/203.76.00 - ☎ 03/225.02.35  
 info@lmpa.be  
 www.lmpa.be

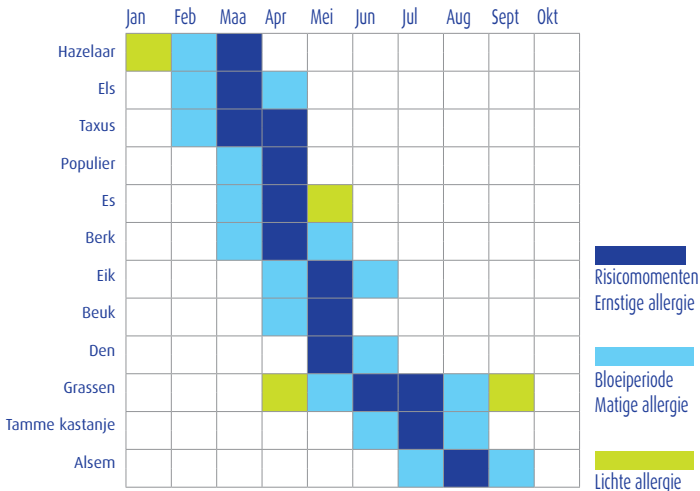
# Pollenkalender

Een jeukende neus en voortdurend kriebels in de keel?  
 Tranende ogen?  
 Een verstopte neus?

De signalen liegen er niet om:  
 de bomen en planten staan weer volop in bloei  
 en veroorzaken pollenallergieën en hooikoorts.

Kijk snel verder en ontdek een handige  
 pollenkalender van de Liberale Mutualiteit.





## Wanneer u last hebt van volgende symptomen lijdt u hoogstwaarschijnlijk aan een pollenallergie:

- een jeukende neus;
- overdreven niesbuien;
- hoesten;
- waterige neusloop;
- een verstopte neus;
- tranende ogen.

## Hoe behandelt u het best een pollenallergie?

- Vermijd allergene stoffen: sluit uw ramen en deuren.
- Draag buiten een zonnebril: zo ontlast en beschermt u uw ogen.
- Neem geneesmiddelen in: antihistaminica worden door een arts voorgeschreven.