

# Sådan bruger du din pensionsordning



## Se, hvordan du er dækket

- i Netpension på danicapension.dk
- i de to gratis apps Mobilpension og Tabletpension.



## Pensionstjek

Tjek og opdater din pension på danicapension.dk/pensionstjek, hvis du bliver gift, skilt, køber bolig eller får børn.



## Rådgivning til medarbejderne

Hvis du har spørgsmål eller behov for rådgivning om din pension eller forsikring, kan du ringe til os på 70 11 25 25 eller skrive til kontakt@danicapension.dk.

## Få hurtig hjælp ved sygdom

Forsikring	Årsag	Hvad du skal gøre	Hvordan vi hjælper dig
Danica Sundhedssikring	Jeg har problemer med muskler, led eller sener	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kontakt din egen læge for rådgivning eller henvisning til behandling</li> <li>- Anmeld din skade på danicapension.dk/anmeld</li> </ul>	Din dækning omfatter behandling hos fysioterapeut, kiropraktor, zoneterapeut, akupunktør og undersøgelse hos speciallæge.
	Jeg har andre fysiske lidelser	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ring på 70220119 (fysioterapeutisk hotline) og få direkte telefonisk kontakt med fysioterapeut. Mandag - fredag 8 - 16</li> </ul>	Du har ret til en forundersøgelse og behandling på privathospital og privatklinik. Du kan også få behandling i udlandet.
	Jeg har psykiske problemer, f.eks. krise, stress, angst eller depression	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ring på 70 25 02 03, hvis du har spørgsmål vedrørende din dækning Mandag - fredag: 8.30 - 17</li> <li>- Ring på 70 22 02 23 døgnet rundt (hvis du har behov for psykologisk rådgivning)</li> </ul>	Du kan få telefonisk rådgivning, behandling hos psykolog eller et psykiatrisk behandlingsforløb hos PPclinic.
Sundhedspakke	Jeg føler mig stresset eller oplever tegn på stress hos en af mine kolleger	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ring på 70 20 40 64 Mandag - fredag: 8 - 17</li> </ul>	Du kan ringe til vores stresshotline og få helt anonym rådgivning af en autoriseret psykolog.
	Jeg har behov for rådgivning om behandling i det offentlige sundhedsvæsen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ring på 70 20 85 48 Mandag - torsdag: 8.30 - 18 Fredag: 9 - 16</li> </ul>	Du kan få rådgivning om dine muligheder og rettigheder og ventetider og behandlingsgarantier i det offentlige sundhedssystem. Gælder for dig, din ægtefælle/samlever, dine børn, forældre og svigerforældre.
	Jeg er i tvivl om en diagnose eller behandling	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ring til Best Doctors® på 80 88 11 41 Mandag - fredag: 8:30 - 19</li> </ul>	Du kan få en second opinion på en diagnose eller behandling fra en af de bedste læger i verden, hvis du eller et familiemedlem bliver ramt af sygdom.
	Jeg vil gerne teste mit helbred	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Test dit helbred på danicapension.sundhedsdoktor.dk</li> </ul>	Gennemfør et online helbredstjek og få individuel og målrettet inspiration til en sundere livsstil og råd til, hvordan du kan styrke dit bevægeapparat og din mentale sundhed.
Dækning ved tab af erhvervsevne	Jeg er sygemeldt	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anmeld tab af erhvervsevne på danicapension.dk/anmeld eller</li> <li>- Ring på 45 13 22 98 Mandag - fredag: 8.30 - 17</li> </ul>	Vi kontakter dig, så snart vi har modtaget underretning om din sygdom. Du får et overblik over din situation og tryk under dit sygeforløb, og du kan få en udbetaling fra din forsikring.
Dækning ved visse kritiske sygdomme	Jeg har fået konstateret en kritisk sygdom	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anmeld sygdommen på danicapension.dk/anmeld eller</li> <li>- Ring på 45 13 22 98 Mandag - fredag: 8.30 - 17</li> </ul>	Du kan få en skattefri udbetaling. Det kan give dig og din familie et pusterum i den første svære tid. Du kan se, hvilke sygdomme forsikringen dækker på danicapension.dk/kritisksygdom.
Dækning ved dødsfald	Jeg ønsker at anmelde et dødsfald	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anmeld dødsfaldet på danicapension.dk/anmeld eller</li> <li>- Ring på 70 11 25 25 Mandag - fredag: 8.30 - 17</li> </ul>	Dine efterladte kan få en udbetaling, hvis du dør før pensionsalderen, så de kan blive i deres hjem og fortsætte deres liv i trykke og vante rammer.